Josh McDowell
Secretul artei de a iubi

Descrierea CIP a Bibliotecii Naţionale a României
MCDOWELL, JOSH
Secretul artei de a iubi / Josh McDowell:
trad.: Dumitru Dorian. Cluj-Napoca: Aqua Forte 2005
ISBN 973 – 7758 – 09 – 9
I. Dorian, Dumitru (trad.)
177.61
Editată şi distribuită de:
Editura AQUA FORTE srl.
Of. P. 12 CP. 805
Cluj-Napoca
Traducere: DUMITRU HORVATH
Lectori: Anton Horvath, Silvian Guranda
Consilier editorial: Voicu Bojan

Conţinutul acestei cărţi te va ajuta în mod concret să găseşti răspuns la întrebările:

„Sunt oare pregătit pentru căsătorie?”

Şi

„Este oare dragostea noastră suficient de matură încât să stea la baza unei relaţii conjugale şi sexuale capabile să ne ofere împlinire şi să dureze o viaţă întreagă?”

Dacă nu ţi-ai pus încă aceste întrebări, e timpul să o faci acum.

Lui Jim şi Doris Youd, socrii mei, cu adâncă dragoste, respect şi preţuire pentru faptul de a lefi dezvăluit copiilor lor secretul artei de a iubi.

Alături de familia mea, le voi fi mereu recunoscător pentru iubirea şi modelul pe care ni le-au oferit

Cuvânt înainte i *A* i se pune frecvent întrebarea: „Nu ţi-e greu să fii căsătorită cu
V L-Josh, care călătoreşte atât de mult?" Alţii insinuează: „Nu are de suferit relaţia voastră din cauza programului încărcat de conferinţe al lui Josh?"

Recunosc că mi-ar plăcea ca Josh să stea mai mult pe acasă – dar chiar dacă l-aş avea acasă în fiecare seară, căsnicia noastră nu ar fi, în esenţă, cu nimic diferită. Josh s-a dovedit de atâtea ori plin de inventivitate când a fost să arate că eu şi copiii suntem întâia lui prioritate, fie că se află sau nu lângă noi. Ştiind şi simţind acest lucru, avem un profund sentiment de siguranţă, la care nu am renunţa pentru nimic în lume!

Trebuie să înţelegeţi că lucrurile despre care vorbeşte în această carte privitoare la dragoste, căsătorie, sex şi condiţia de părinte, Josh le aplică la modul concret în viaţa de zi cu zi.

Evident, pentru o relaţie perfectă în căsnicie este nevoie de efort, încă de la început, Josh s-a dăruit în proporţie de 150%, pentru a face din căsătoria noastră cel mai captivant lucru posibil. Nu e de mirare că am fost încântată să-i răspund, dăruindu-mă la rândul meu 150%.

În această carte, Josh ne vorbeşte din inimă, împărtăşindu-ne din cercetările sale ce înseamnă să fii persoana potrivită ca soţ sau soţie. El oferă, de asemenea, unsprezece secrete pentru o relaţie afectivă matură.

Sunt sigură că vă vor fi de folos, fiindcă nouă ne-au fost.

Dottie McDowell

Ceva în plus

Într-o seară, lucrând până mai târziu, am fost smuls din concentrarea mea de către telefonul care suna insistent.

„Domnul McDowell?"

O tânără, în mod evident deprimată, aştepta nerăbdătoare să-i răspund.

„Domnule McDowell, în ultimele cinci nopţi m-am culcat cu cinci bărbaţi diferiţi. Astă seară, după ce totul s-a terminat, rămânând singură, mi-am zis: Oare asta să fie tot?". Cu voce scăzută, a încheiat: „Spuneţi-mi, vă rog, că există ceva mai mult de atât".

„Există", i-am răspuns. „Se numeşte intimitate".

Poate în acest moment, te întrebi, la fel ca şi acea tânără femeie: „Asta să fie totul?" Ai întâlnit pe cineva cu care ai crezut că poţi avea o relaţie, şi afli că persoana respectivă nu căuta decât un prilej de distracţie. Eşti căsătorită şi tânjeşti după o cină la lumina lumânărilor, dar tot ce poţi obţine de la soţ sunt nişte mormăieli, în timp ce se uită la meciul de fotbal. Poate că eşti despărţit deja sau ai divorţat şi, privind înapoi, te întrebi: „Asta să fie tot?"

Dacă îţi pui această întrebare, nu eşti singurul. Căutarea iubirii adevărate este tema multor cântece de succes şi se regăseşte implicit în majoritatea filmelor artistice. Constituie subiectul preferat a mii de romane din literatura de consum, citite de milioane de oameni. Campanii publicitare de milioane de dolari sunt construite numai pe ideea dorinţei noastre de intimitate. Telenovelele, serialele de comedie, în egală măsură, oglindesc şi ne reîmprospătează visurile. Iar dacă vrei să ai certitudinea succesului atunci când ţii un discurs, organizează o conferinţă despre tehnicile de a reuşi în dragoste, sex şi căsnicie.

Când vizitez un campus universitar şi anunţ un subiect de genul „Sex la maximum", ştiu sigur că lumea se va înghesui să vină.

Faptul că citeşti această carte demonstrează că preocuparea noastră intensă de a găsi adevărata dragoste este în mare măsură marcată de eşec. Iubirea autentică rămâne, în cel mai bun caz, incertă. Editorialist şi autor de succes, Dr. Leo Buscaglia, scrie:

Ne învârtim în cerc. Ne părăsim familia, valorile morale, părăsim toate lucrurile bune, pe care le numim banale. Experimentăm totul – promiscuitatea sexuală, căsătorii repetate. Dar descoperim că acestea ne lasă un sentiment de singurătate şi goliciune. Aşa că începem să reconsiderăm acele valori de modă veche şi să recunoaştem că, poate, există un dram de adevăr în ele.1

Sexul nu e totul

Ştim cu toţii că una din acele valori de modă veche este intimitatea. Ann
Landers a primit un răspuns incredibil la întrebarea: „Ai prefera să stai în braţele cuiva în loc să faci sex?” Peste 64.000 din 90.000 de persoane au răspuns afirmativ: „O îmbrăţişare călduroasă sau o mângâiere tandră sunt mai importante decât actul sexual”.2 Deşi nu sunt convins că respondenţii preferă neapărat prima opţiune în detrimentul celei de a doua, răspunsurile lor exprimă în mod clar nevoia de intimitate într-o relaţie sexuală.

Ai avut parte de o îmbrăţişare astăzi? Atunci vei fi de acord cu
Dr. Jérôme Sherman, când spune: „Fiind oameni, avem nevoie de afecţiune, de apropiere. Este o nevoie elementară a omului. Sexul în sine, gratuit, este un act mecanic”.3

Şi totuşi, este acest lucru cu adevărat valabil şi pentru bărbaţi? Nu bărbaţii sunt cei despre care se presupune că sunt interesaţi în mod deosebit de activitatea sexuală?

„Rezultatul este corect”, confirmă Dr. Joyce Brothers, psiholog recunoscut pe plan naţional, vorbind despre reacţiile chestionarului lui Ann Landers. „De foarte mult timp încoace – încă din epoca victoriană – bărbaţii şi femeile, atunci când fac sex, caută în primul rând mângâierea şi îmbrăţişarea. Suntem însetaţi după o mângâiere, iar sexul este moneda de schimb pe care trebuie să o plătim pentru a obţine afecţiune”.4

Ştim, în realitate, foarte puţine despre dragoste şi sex, nu-i aşa?
Rata naţională a divorţurilor nu este decât unul dintre elementele care indică faptul că avem de parcurs un drum lung până să elucidăm aceste mistere. Chiar şi experţii în domeniu recunosc acest lucru.

„Domeniul cercetării abia a început să atingă problemele dragostei şi ale realităţilor ce ţin de dragoste”, mărturiseşte Dr. John Money de la
Universitatea John’s Hopkins, un cunoscut sexolog. „Este pur şi simplu

mult mai uşor să vorbeşti despre sex. Însă ceea ce îi preocupă de fapt pe oameni este dragostea şi relaţia umană”.5

Libertate păguboasă

— În şedinţele de consiliere avute cu sute de cupluri am descoperit faptul ca cea mai mare problemă nu este reprimarea victoriană. Ci faptul că, aşa cum declară cuplurile, nu mai au parte de bucurie şi pasiune atunci când fac sex. Această constatare este confirmată de către specialiştii în terapia sexuală, ca şi Rollo May, care scrie în *Love and Will:*

În ziua de azi, terapeuţii rar întâlnesc pacienţi reprimaţi din punct de vedere sexual... De fapt, cei care vin să solicite ajutor se dovedesc a fi chiar la polul opus: nenumărate discuţii pe tema sexului, activitate sexuală intensă; practic, nimeni nu se plânge de interdicţii de ordin cultural când e vorba să se culce cu câţi parteneri doreşte şi de câte ori doreşte.
Motivul pentru care se plâng însă pacienţii este lipsa implicării afective şi a pasiunii. Ceea ce este curios în legătură cu acest subiect, care a dat naştere atâtor discuţii, este cât de puţină bucurie le aduce oamenilor emanciparea. Atât de mult sex care înseamnă atât de puţin, chiar şi ca distracţie! 6

Nu tehnica este soluţia

Nu aprofundarea cunoştinţelor despre mecanismul sexual sau despre contracepţie este soluţia. Sexologii de renume mondial William Masters şi Virginia Johnson afirmă:

Dintre toate ideile despre sex apărute recent, care au fost date publicităţii în ultimii ani, niciuna nu este mai dăunătoare decât cea potrivit căreia o relaţie sexuală nesatisfăcătoare poate fi „vindecată” prin deprinderea unor tehnici dintr-o carte – orice carte... Scoaterea în evidenţă a importanţei tehnicii este atât de tipică încât pare a fi un îndemn potrivit, în ziua de azi. Nimic bun nu se va întâmpla între soţ şi soţie în pat, dacă între ei nu s-a întâmplat ceva bun înainte de a ajunge acolo. Este imposibil ca o tehnică sexuală bună să îmbunătăţească o relaţie nesatisfăcătoare din punct de vedere emoţional. Pentru ca un bărbat şi o femeie să simtă plăcere unul faţă de celălalt în pat, amândoi trebuie să-şi dorească acest lucru – împreună.7

Ceea ce îi lipseşte astăzi unei relaţii trainice este capacitatea de a o trăi cu pasiune şi bucurie în spiritul adevăratei intimităţi. Majoritatea oamenilor sunt dispuşi, mai degrabă, să-şi pună la bătaie

timpul, energia şi banii în ideea de a deveni parteneri sexuali mai eficienţi, neglijându-şi trăirea afectivă în orizontul iubirii şi al dăruirii. Atunci când noile tehnici se dovedesc nesatisfăcătoare, responsabilitatea şi devotamentul sunt în măsură, cu aceeaşi cheltuială de timp şi energie, să readucă în căsnicie intimitatea şi bucuria atât de esenţiale.

Ordinea corectă

Căsnicia poate fi descrisă ca fiind „o relaţie bazată pe dragoste, armonie conjugală şi raport sexual”. Este o simplă punere în ordine a proceselor care stau la baza dezvoltării unei relaţii reuşite între un bărbat şi o femeie. Pe parcursul acestei cărţi, vom scoate în relief valorile şi calităţile esenţiale pe care trebuie să le aibă o relaţie şi o căsnicie trainică, astfel încât să te poţi concentra asupra lor, şi nu asupra performanţelor sexuale. Ceea ce te va ajuta să ocoleşti numeroasele
„Scurtături”, tentante, dar care duc la impas, în drumul spre dragoste şi intimitate. Şi, totodată, să îţi însuşeşti, alături de partenerul tău, valorile şi calităţile prin care să poţi evita capcana promiscuităţii sexuale – sau divorţul, dacă eşti căsătorit.

Se poate spune despre această carte că e o operaţie în două etape. Mai întâi, vom cerceta calităţile individuale de care ai nevoie pentru a deveni genul de persoană potrivită într-o relaţie întemeiată pe dragoste. Vezi tu, secretul artei de a iubi este acela de *a fi persoana potrivită* pentru celălalt. În a doua parte a cărţii, vom examina atributele dragostei autentice – singura putere care dăinuie într-o relaţie. Secretul iubirii, al căsniciei şi al sexualităţii trăite la maximum este dragostea matură care se manifestă într-o relaţie pe care ţi-o asumi.

Tirania fricii

Două forme de frică, în opinia mea, îi împiedică pe mulţi oameni să experimenteze intimitatea şi bucuria acestei relaţii trainice.

Prima este frica unora că nu vor fi niciodată iubiţi.

Cealaltă este frica altora că nu vor putea niciodată să iubească.

Prezenţa acestor temeri se explică în principal printr-o carenţă în modelul de iubire pe care l-am avut în casa părintească. Nu dobândim deprinderile unei iubiri autentice în mod automat. Pe acestea le obţinem urmărind modelele care ne influenţează – mai precis, urmărind felul în care părinţii noştri îşi manifestă zi de zi

dragostea unul faţă de celălalt.

Adevărul e că dragostea este vitală în perioada de creştere, spune
Dr. Benjamin Spock. În cuvântul rostit la Conferinţa despre Copii şi
Tineret, la Mid-Century White House, acesta a subliniat: „Nu e vorba numai despre o discuţie sentimentală. Este cert, în ce-i priveşte pe copiii care au fost lipsiţi multă vreme de apropiere şi afecţiune... că trupul şi spiritul li se pot ofili. Îşi pierd bucuria de a face ceva sau de a se întâlni cu oamenii... Asemenea tragedii sunt rare, dar constituie o dovadă a faptului că dragostea este la fel de vitală ca şi caloriile".

După ce a petrecut timp îndelungat lucrând cu tineri care sufereau de tulburări emoţionale, Dr. Leo Buscaglia nota:

Există oameni care literalmente s-au dat bătuţi încă de tineri, din cauză că nu au avut efectiv parte de iubire. Nu ştiu cum să-şi împărtăşească iubirea, nu ştiu cum să o dăruiască şi cum să o primească. Dacă te apropii de ei, strigă, devin isterici – „Nu mă atinge!"... Este o afecţiune gravă, iar unii dintre ei nu-şi mai revin niciodată.8

Astfel de oameni cresc adesea handicapaţi emoţional, lipsiţi de orice capacitate de a primi sau oferi dragoste. Nu pot oferi ceea ce nu au. Pe de altă parte, cu cât mai generoşi au fost părinţii noştri în a ne dărui dragoste, cu atât mai capabili vom fi, la rândul nostru, să împărtăşim acest sentiment. Dar trebuie, mai întâi, să ne aflăm la celălalt pol, al celui care primeşte.

Este, de asemenea, important ca un copil să creadă nu numai că „Părinţii mă iubesc", ci şi că „părinţii mei se iubesc unul pe altul", fiindcă atunci când copiii nu au la dispoziţie un model de iubire, nu ajung să ştie cum să o dăruiască sau să o primească.

În ziua de azi, mulţi dintre noi creştem în lipsa acestui model educativ parental. În consecinţă, conştient sau nu, ne temem să intrăm într-o relaţie atât de intimă, precum este căsătoria. Dacă acest model a lipsit din casa ta, dacă nu ai învăţat să iubeşti, gândul că trebuie să iubeşti o persoană şi să trăieşti alături de ea devine apăsător şi înspăimântător.

Un student îşi exprima frica de iubire astfel: „Înainte de a deveni creştin, mă temeam că nu voi fi niciodată iubit. Încă mai înspăimântător era că nu ştiam dacă voi fi vreodată capabil să iubesc pe cineva... Eram conştient că mă foloseam de oameni. În toate relaţiile

mele eram mânat de motive ascunse. De aceea, n-am izbutit niciodată să mă apropii de cineva”.

O tânără de şaisprezece ani care m-a văzut la emisiunea mea TV. „Secretul artei de a iubi”, şi-a formulat frica astfel: „Am ajuns la ideea că nu voi cunoaşte niciodată adevărata dragoste. Am simţit că nicicând nu voi putea face faţă unei relaţii”.

Există speranţă

Emisiunea i-a redat speranţa: „Am văzut emisiunea dumneavoastră, iar ea mi-a arătat că nu e cu neputinţă să găsesc pe cineva care să mă iubească sincer”. Aceasta este speranţa pe care am clădit-o în această carte – îţi poţi înfrânge teama, astfel încât să devii o persoană matură în iubire, chiar dacă nu ai fost îndeajuns de bine pregătit în acest sens.

Până şi la Leo Buscaglia răzbate o notă de speranţă: „Celor mai mulţi dintre noi li se oferă încă o şansă. De fapt, fiecare zi aduce posibilitatea unei şanse în plus”.9

Totuşi, această carte nu există doar pentru a-ţi oferi o a doua şansă – ea te va ajuta să profiţi cât mai mult de prima ta şansă. Dacă eşti un tânăr licean sau un adult singur, vei găsi aici strategia prin care să devii ceea ce doreşti să fii – o persoană capabilă să ofere şi să primească o dragoste matură. Chiar dacă ai fost adeptul ideii că sexul este „lipiciul” care ţine laolaltă o relaţie trainică şi ai avut de suferit din această cauză, mai ai o speranţă.

Conţinutul cărţii de faţă te va ajuta să răspunzi obiectiv la întrebările:
„Sunt oare pregătit pentru căsătorie?” şi „Este oare dragostea noastră suficient de matură pentru a putea sta la baza unei căsnicii şi a unei relaţii sexuale care să ne împlinească şi să dureze o viaţă întreagă?”
Dacă nu ai început să îţi pui aceste întrebări, trebuie să o faci acum.

Dacă eşti deja căsătorit, cercetările şi gândurile prezentate aici îţi vor fi de folos pentru a afla cum diferite aspecte ale vieţii şi relaţiei tale pot fi dezvoltate şi îmbunătăţite astfel încât să poţi edifica o căsnicie în măsură să răspundă nevoilor cuplului şi să facă loc cu adevărat intimităţii.

În sfârşit, dacă eşti părinte, psiholog, pastor, profesor sau lucrezi cu tineri ori oameni singuri, aceste realităţi te vor ajuta să le împărtăşeşti celorlalţi calităţile şi gesturile care îi sunt necesare unei persoane pentru a se putea implică la modul profund într-o relaţie de

iubire, conjugală şi sexuală.

Eşti pregătit pentru aventura vieţii tale? Poţi începe chiar acum să cauţi în tine persoana potrivită pentru o viaţă împlinită printr-o iubire matură.

Subiecte de meditaţie

— Care este lucrul pe care-l căutăm într-o relaţie?

— Care este lucrul care îţi va asigura o căsnicie de durată?

— Care este frica ce ne împiedică să ajungem la intimitate?

În căutarea sortitului

Care crezi că sunt cele mai importante calităţi pe care ar trebui să le aibă bărbatul visurilor tale? Ce fel de persoană ar putea fi un bun iubit?

Un sondaj recent realizat de revista *Family Journal* arată că sensibilitatea se află în fruntea listei de trăsături preferate de multe femei din ziua de astăzi. Bărbaţii „macho” prezintă practic un interes minim pentru majoritatea celor care au răspuns la chestionar.

Unii dintre noi avem o idee foarte distinctă în privinţa persoanei care se presupune că ar trebui să ne facă fericiţi. La o conferinţă organizată pentru persoanele singure, în Portland, Oregon, o femeie apropiindu-se vizibil de treizeci de ani s-a apropiat şi mi-a spus: „Domnule McDowell, daţi-mi voie să vă arăt genul de bărbat cu care aş vrea să mă mărit”.

Dintr-o mişcare, a despăturit o listă cu patruzeci şi nouă de calităţi pe care le căuta la un bărbat.

„Doamnă”, i-am spus, după ce am aruncat o privire pe lista ei. „Dumneavoastră nu căutaţi un soţ, ci un Iisus”.

Dar nu numai femeile alcătuiesc liste cu ceea ce caută. La Universitatea din Washington, un student din anul doi a venit la mine, şi-a scos jurnalul intim şi mi-a spus: „Îngăduiţi-mi să vă descriu genul de femeie cu care vreau să mă căsătoresc”. Dintre cele paisprezece calităţi înşiruite, nu reţin decât fidelitatea şi onestitatea.

De data aceasta am abordat problema dintr-un unghi diferit.

„Să te întreb ceva”, am spus. „*Tu* cum stai cu cele paisprezece puncte?”

„Ce vreţi să spuneţi?”, a întrebat.

„Calităţile pe care le cauţi la o soţie”, am spus. „Se regăsesc ele în propriul tău mod de viaţă?”

Îl pusesem pe gânduri.

„Important nu e atât să găseşti persoana potrivită”, am continuat.
„Cât să fii tu persoana potrivită într-o căsnicie. Dacă vrei o regină, atunci tu însuţi trebuie să fii un rege. Dacă îţi doreşti un om capabil să te iubească, tu însuţi trebuie să te dovedeşti capabil de iubire”.

A descoperi secretul artei de a iubi este totuna cu a-ţi căuta ochelarii, pe care în cele din urmă îi găseşti aşezaţi pe nas, sau cu a-ţi căuta legătura de chei, pe care o ţii, de fapt, în mână. Majoritatea dintre noi căutăm fără încetare un partener ideal, fără să ne dăm seama, în tot acest timp, că noi înşine trebuie să îndeplinim, înainte de toate, această condiţie. Atât de mulţi oameni sunt preocupaţi să caute, uitând a se strădui să devină ei înşişi… tipul de persoană potrivită pentru o relaţie. Dar cum putem deveni persoana potrivită? Mai întâi este important să înţelegem că viaţa afectivă va fi întotdeauna o oglindire a trăsăturilor de caracter.

Tu devii măsura

Celui care spune: „N-am întâlnit niciun bărbat sau nicio femeie cumsecade”, îi răspund mereu: „S-ar putea ca tu să fii problema, nicidecum lipsa bărbaţilor sau a femeilor cumsecade”. Recunosc că, pentru unii, acest lucru se poate înfăţişa ca un adevăr dureros, dar cert este că oamenii cumsecade, bărbaţi sau femei, tind unii spre ceilalţi.

Susţinând această idee, sociologii Dr. Evelyn Duvall şi Dr. Reuben
Hill scriu:

Atunci când te căsătoreşti, ce aduci cu tine? O garderobă nouă? Un cont în bancă? Nişte mobilă pe care ai moştenit-o?
Vreo rudă neajutorată? O slujbă bună şi perspectiva de a avansa? Dincolo de avantajele sau dezavantajele materiale, există un lucru şi mai important, şi anume: pe tine însuţi, personalitatea, comportamentul tău faţă oameni şi atitudinile pe care le aduci în căsnicie.

Felul în care căsnicia ta va evolua depinde de calităţile tale personale. Fiind o persoană optimistă şi adaptabilă, există toate şansele să ai o căsătorie fericită. Dacă schimbările din viaţa ta de până acum au fost mai degrabă un prilej de satisfacţie decât de suferinţă, atunci, după toate probabilităţile, vei putea să te adaptezi cu succes căsniciei şi vieţii de familie. Dacă însă eşti posomorât şi nemulţumit de soarta ta, va trebui să te schimbi mai înainte de a putea spera să

trăieşti fericit până la adânci bătrâneţi.10

Duvall şi Hill încheie spunând că de multe ori nefericirea dintr-o căsnicie este pusă pe seama alegerii greşite a partenerului de viaţă, a problemelor financiare, a incompatibilităţii sexuale sau a religiei. În realitate, afirmă ei, nefericirea provine din ceea ce aduci cu tine într-o căsătorie”.

Ei pun în evidenţă necesitatea de a intra într-o relaţie de căsătorie
„Pregătit să însemni foarte mult pentru alesul tău. Succesul unei relaţii conjugale depinde de fericirea trăită împreună şi de capacitatea de a iubi şi de a te lăsa iubit. Aceste atribute ale unei personalităţi mature din punct de vedere emoţional alcătuiesc cea mai valoroasă zestre ce poate fi adusă într-o căsnicie”.

Acest lucru este reliefat în *Yourlife* Togetfzerdeelof Nelson: „Reuşita unei căsătorii presupune mai mult decât a găsi persoana potrivită. A fi persoana potrivită este chiar mai important. Printre tinerii cu care am discutat, am observat că aceştia sunt în căutarea partenerului ideal, fără să se gândească prea mult la ceea ce aşteaptă, la rândul său, acest partener de la persoana cu care aleg să trăiască”.12

Dacă doreşti să te căsătoreşti cu un individ excepţional, atunci trebuie să fii, la rândul tău, excepţional. Iar modalitatea prin care poţi afla ce laturi ale personalităţii tale trebuie îmbunătăţite este simplă. Fă o listă care să cuprindă calităţile pe care le cauţi la un partener. Evaluează-te, apoi, pe tine însuţi în raport cu fiecare punct.

Căsnicia nu poate fi decât un angajament bazat pe ofertă şi compensaţie;
trebuie să fii dispus să oferi întocmai ceea ce vrei să primeşti. După cum spunea un terapeut: „Doi sunt factorii care determină o căsnicie nefericită – bărbatul şi femeia!”

După faptă, şi răsplată

Avem ceea ce merităm. Forţând oarecum lucrurile, modul în care Bob
Phillips prezintă contrastul dintre ceea ce căutăm şi ceea ce obţinem nu este foarte departe de adevăr.

SOŢIA IDEALĂ: LA CE SE AŞTEAPTĂ UN BĂRBAT

e E întotdeauna frumoasă şi veselă. Ar fi putut să se mărite cu o vedetă de cinema, dar nu te-a vrut decât pe tine. Părul ei nu are nevoie de bigudiuri sau coafor.

Are o frumuseţe mereu neschimbată. Nu e niciodată bolnavă – e doar alergică la bijuterii şi la hainele de blană.

— Pretinde că mutatul mobilei de una singură o ajută să-şi menţină silueta.

— Este expertă în bucătărie, în dereticat, se pricepe la repararea maşinii sau a televizorului, la zugrăvitul casei şi ştie să tacă.

e Hobby-uri: tunde peluza şi curăţă zăpada.

— Urăşte cărţile de credit.

9 Expresia ei preferată: „Ce pot să fac pentru tine, dragă?"

— Este de părere că în persoana ta se regăsesc deopotrivă un Einstein şi un Mr. Univers.

ÎN CĂUTAREA SORTITULUI *J 17*

9 De-abia aşteaptă să ieşi în oraş cu băieţii, astfel încât să se poată apuca de cusut.

— Te iubeşte fiindcă eşti aşa de sexy.

CU CE SE ALEGE

— Vorbeşte cu 140 de cuvinte pe minut, în rafale care ajung şi la 180.

— A fost, odată, model pentru un stâlp totemic.

9 Mănâncă uşor – îndată ce se crapă de dimineaţă, îşi regăseşte cu uşurinţă pofta de mâncare.

— Dacă iese fum, înseamnă că găteşte.

e îţi dă de înţeles că nu ai decât două defecte: tot ce spui şi tot ce faci.

— Orice i-ar face, părul îi arată ca o explozie într-o fabrică de sârmă.

— Dacă te rătăceşti, deschide-ţi portofelul – are să te găsească ea curând.

SOŢUL IDEAL: LA CE SE AŞTEAPTĂ O FEMEIE

— Este un partener strălucit de conversaţie.

— Un bărbat foarte sensibil – bun şi înţelegător, cu adevărat tandru.

— Se speteşte lucrând.

9 Ajută la treburile din casă: spală vasele, dă cu aspiratorul şi îngrijeşte curtea.

— Contribuie, alături de soţie, la educaţia copiilor.

— Un bărbat puternic din punct de vedere psihic şi fizic.

— Un Einstein cu înfăţişarea lui Robert Redford.

CU CE SE ALEGE

— O duce întotdeauna la cele mai bune restaurante. Poate că, într-o zi, o va invita şi înăuntru.

— Nu are ulcer, dar îl provoacă celorlalţi.

— Ideile îi vin rar, dar când totuşi îi vine una, n-o poate exprima.

— Are faima unui muncitor minunat – doar o minune îl poate face să muncească.

— Îşi sprijină soţia conform bunului său obicei – o lasă să-şi păstreze slujba.

— Este atât de plictisitor, încât îţi vine să caşti chiar şi atunci când îţi face un compliment.

— Are ocazional momente de tăcere care fac ca discuţia cu el să fie genială.13

Lăsând gluma la o parte, ideea este limpede. Regula de aur în ceea ce priveşte succesul unei căsnicii ar putea fi formulată cam aşa: orice calităţi ai căuta la un partener, dezvoltă-le mai întâi la tine însuţi.

Pentru a clădi o relaţie conjugală împlinită, bazată pe atenţie şi iubire, este nevoie de timp şi efort. În realitate, aceasta va continua să se dezvolte de-a lungul unei vieţi întregi. Este nevoie, pur şi simplu, de un efort considerabil pentru ca tiparele de comportament egoist dobândite de-a lungul timpului să se transforme în acel tip de dragoste dezinteresată care stă la baza unei căsnicii reuşite.

Reţine două întrebări, în timp ce citeşti capitolul care urmează: (1) Ce fel ce persoană ar trebui să fiu? (2) Care sunt calităţile pe care ar trebui să le dezvolt în modul meu de viaţă în vederea unei relaţii împlinite afectiv, conjugal şi sexual? Punctul de plecare este, fără îndoială, o percepţie corectă cu privire la sine. Să vedem, în continuare, cât de sănătoasă este percepţia ta în raport cu tine însuţi.

Subiecte de meditaţie

— De ce crezi că este important să fii mândru de cel pe care-l iubeşti?

Un autoportret adecvat

S-a întâmplat vreodată să arăţi cuiva pozele pe care le porţi în geantă sau portofel? Doctorand fiind, unul dintre subiectele frecvente de conversaţie la masă, cu colegii, era cel despre prietenele noastre. Prietena mea se întâmpla să fie o tânără foarte atrăgătoare, aşa că scoteam mândru portofelul, îl deschideam şi mă făleam cu fotografia lui Connie. Toţi băieţii exclamau: uau! şi maaamă!… şi tot aşa făceam şi

eu.

De multe ori, părinţii şi, în mod cert, bunicii, abia aşteaptă să-şi întâlnească prietenii, cărora să le arate, îndată ce sunt îndemnaţi, fotografii ale copiilor sau nepoţilor. Acestea sunt etalate fulgerător, cu un entuziasm nestăpânit.

Ei bine… cam aşa stau lucrurile cu pozele altora. Există, de obicei, o fotografie pe care nu vor să o arate nimănui. Iar tu o ţii, la rândul tău, ascunsă cu aceeaşi grijă. Înainte de a se ivi cea mai mică ocazie de a fi observată, îţi fereşti rapid *poza din buletin* de ochii celorlalţi.

Este cea mai urâtă, cea mai penibilă poză pe care ţi-a făcut-o vreodată cineva – asemenea unui anchetat. Şi eşti, probabil, convins, ca şi mine, de altfel, că statul face tot ce-i stă în putinţă astfel încât să surprindă pe feţele noastre cea mai dezagreabilă şi mai defavorabilă expresie.

Oricât de traumatizantă ar fi povestea asta, fiecare purtăm în noi o altă imagine despre noi înşine, mult mai importantă decât poza din buletin.

Este ceea ce psihologii numesc percepţia de sine – reprezentarea mentală pe care o avem despre noi înşine. Această imagine este cea care determină în fiecare zi modul în care ne percepem pe noi în raport cu ceilalţi.

Nu ar fi interesant ca fizionomiile şi trupurile noastre să se poată cumva transforma, astfel încât ceilalţi să ne vadă aşa cum ne vedem noi în realitate? Numai gândindu-ne la aşa ceva şi ne trec năduşelile. Şi totuşi, într-un fel, acest lucru chiar se întâmplă, fiindcă o dată ce ajungem la o vârstă de mijloc, chipurile noastre (şi adesea şi trupurile) devin în mod surprinzător o oglindire a ceea ce gândim despre noi înşine.

Cine te crezi?

Ca un preambul al discuţiei noastre referitoare la percepţia de sine, vreau să-ţi pun două întrebări.

1. Care îţi este valoarea? Nu mă refer la bani, ci la valoarea ta ca persoană.

2. Eşti mulţumit fără rezerve de persoana ta? Te simţi cu adevărat bine în pielea ta?

Felul în care răspunzi, conştient sau inconştient, în fiecare zi la aceste întrebări este hotărâtor pentru opţiunile, valorile, reacţiile şi atitudinile tale – în fond, pentru felul în care îţi trăieşti viaţa. Părerile

pe care le avem despre noi înşine se răsfrâng asupra a tot ceea ce facem.

Dr. Robert C. Kolodney, de la Institutul Masters şi Johnson din St. Louis, de pildă, spune că mai puţin de 10% din terapia de cuplu urmăreşte latura fizică a relaţiei, chiar dacă iniţial cuplurile au crezut că acesta este punctul în care au nevoie de ajutor. 90% din terapie se concentrează pe problema respectului de sine şi a comunicării interumane.14

Percepţia ta de sine afectează nu numai modul în care te priveşti pe tine însuţi, ci şi felul în care te raportezi la părinţi, prieteni, soţ sau soţie şi Dumnezeu. Autorul Proverbelor din Vechiul Testament a dezvăluit acest lucru în capitolul 23, versetul 7, atunci când a scris: „Căci aşa cum gândeşte [un om] în sufletul lui, aşa este el". Prin urmare, nu ceea ce spui sau cum arăţi în exterior este factorul determinant în privinţa faptelor tale. Felul în care gândeşti despre tine, în profunzimea sufletului tău – „intuiţia" cea mai adâncă – este ceea ce îţi justifică faptele.

Psihologii se referă de obicei la o persoană ca având o percepţie de sine „favorabilă sau nefavorabilă, bună sau proastă". Eu prefer să-i spun
„Sănătoasă" sau „nesănătoasă". Oricum am califica-o, problema este:
Ce înseamnă o percepţie de sine sănătoasă? Şi cum ar trebui să ne percepem pe noi înşine?

Dacă ai citit epistolele apostolului Pavel din Noul Testament, vei fi de acord că el nu defavorizează pe nimeni. Totuşi, scria de asemenea că, în ce-i priveşte, credincioşii nu trebuie să „aibă despre sine o părere mai înaltă decât se cuvine" (Romani 12: 3). Ei bine, din punctul de vedere al creştinilor, sensul acestor cuvinte este acela că infatuarea este reprobabilă. Însă Pavel voia să sugereze altceva. El spunea că nu trebuie să avem o părere „mai înaltă" decât se cuvine.

Aşadar, ce părere trebuie să avem? Pavel clarifică acest lucru în acelaşi verset. Omul trebuie „să fie cumpătat în gândire". Simplu spus, înseamnă să ne privim pe noi înşine din perspectiva lui Dumnezeu – nici mai mult nici mai puţin. „Nici mai mult", pentru a nu deveni mândri, şi „nici mai puţin", pentru a nu cădea într-o falsă smerenie. Deci, ca să ai o gândire cumpătată, va trebui să te percepi pe tine însuţi din perspectiva biblică.

Să ne oprim o clipă asupra modului în care simţi şi gândeşti în

raport cu tine însuţi. Ţi-ai dori, de exemplu, să fii mai degrabă altcineva?
Dacă aşa stau lucrurile, poate că perspectiva ar trebui schimbată. Cu toate gravele neajunsuri ale propriei mele persoane, nu-mi pot închipui, o spun cu toată onestitatea, niciun alt om de pe acest pământ pentru care aş renunţa la mine însumi astfel încât să mă substituie. Ceea ce dovedeşte modul în care Dumnezeu m-a ajutat să devin conştient de calităţile, resursele şi aptitudinile cu care m-a înzestrat.

Vertij spiritual

Pentru a obţine un autoportret adecvat trebuie să punem în aplicare câteva principii biblice. Pentru unii, poate că e o idee nouă, dar *lucrul cel mai adevărat despre tine este cel pe care Dumnezeu îl spune în*
Cuvântul Său, Biblia. Emoţiile, cultura sau sentimentele tale nu pot fi hotărâtoare pentru ceea ce eşti. Dacă le îngădui acest lucru, poţi fi cu uşurinţă indus în eroare. Uneori mă simt atât de aproape de Dumnezeu încât am certitudinea că mai aproape nu se poate. Alteori sunt tentat să dau ascultare sentimentelor negative care îmi spun că există o distanţă imensă între Dumnezeu şi mine. În astfel de situaţii trebuie să decid între a acorda încredere sentimentelor sau a accepta punctul de vedere al Bibliei în legătură cu adevărul lui Dumnezeu.

Atunci când Iisus spune: „Eu sunt cu voi în toate zilele” (Matei 28: 20)
sau „Nicidecum n-am să te las, cu niciun chip nu te voi părăsi” (Evrei 13: 5), prefer să dau crezare cuvintelor Sale, nicidecum sentimentelor.

Acelaşi lucru se întâmplă în cazul straniului fenomen numit vertij, care intervine uneori în timpul zborului cu avionul. Atunci când un avion mic trece printr-o ceaţă groasă sau un nor, ori este prins în mijlocul unei furtuni puternice, fiind astfel lipsit de reperul vizual al orizontului, pilotul poate, involuntar, să încline prea tare una dintre aripi. *Părerea* lui poate fi certă în privinţa faptului că zboară drept. Dar singura modalitate de a şti cu siguranţă este aceea de a verifica instrumentele de zbor, care nu mint.

Cele cinci simţuri ale pilotului – văzul, auzul, mirosul, simţul tactil
Şi gustul – îi pot spune acestuia că totul este în perfectă ordine. Cu toate acestea, un pilot experimentat ştie că se poate înşela în totalitate, astfel încât se va strădui să aibă încredere în instrumente. Ele

constituie singurul său reper de nădejde referitor realitatea autentică. Piloţii care nu izbutesc să-şi impună o asemenea disciplină rareori supravieţuiesc pentru a li se oferi o a doua şansă.

În fiecare zi, ca şi creştin, trăiesc un soi de „vertij spiritual". Poate că sunt nedormit sau n-am făcut mişcare; poate cineva m-a jignit iar acest lucru mă tulbură pe plan emoţional. Ajung, în urma tuturor acestor întâmplări, la o anume concluzie şi la un anumit tip de reacţie. Dar

Cuvântul lui Dumnezeu îmi spune altceva, iar acesta este momentul în care mă confrunt cu o problemă de opţiune: care este reperul corect în ce priveşte realitatea?

Ca şi în cazul pilotului, nehotărârea îmi poate fi fatală. Mă poate împinge pe un „montagne russe" spiritual – un şir neîntrerupt de suişuri şi coborâşuri. Ajuns în vârf, mă prăbuşesc, o clipă mai târziu, în gol. Dar când îmi vin în fire şi accept principiul potrivit căruia cel mai adevărat lucru despre mine îl spune Dumnezeu, ameţitoarea cursă încetează şi încep să cresc din nou spre maturitatea trăirii în Hristos.

Îţi mai aminteşti când ai pus ultima oară cap la cap piesele unui puzzle?

Cea mai bună metodă este aceea de a te raporta la imaginea de pe capacul cutiei. Ţin minte că un prieten apropiat, Dick Day, îmi povestea că, de ziua unei rude care îndrăgea foarte mult acest joc, un individ i-a cumpărat acesteia două asemenea cutii. Înainte de a le împacheta, le-a inversat capacele. Ne putem închipui ce confuzie s-a produs.

Şi, totuşi, acesta este modul în care mulţi creştini de astăzi încearcă să-şi recompună jocul de puzzle al vieţii – orientându-se după capacul greșit. Capacul emoţiilor se află acolo unde ar trebui să fie cel al

Cuvântului lui Dumnezeu, Biblia. Rezultatul previzibil se concretizează într-o confuzie deplină şi sterilă.

Să verificăm, prin urmare, instrumentele. Să aruncăm încă o privire asupra capacului nostru spiritual. Să ne amintim o serie de lucruri despre care Dumnezeu spune că sunt adevărate în ce ne priveşte.

Care îţi este adevărata valoare?

Ţi-ai spus vreodată: „Eu nu sunt deloc important. Aş putea să mă fac nevăzut şi nimeni nu ar observa, nimănui nu i-ar păsa"? Majoritatea oamenilor gândesc astfel în unele momente. Biblia ne

arată însă că
Dumnezeu ne priveşte într-un mod cu totul diferit. În Biblie, Dumnezeu îţi spune că te consideră cu totul deosebit întrucât *Dumnezeu te-a creat după chipul Său.*

Încă la începutul Vechiului Testament, Geneza 1, citim cuvintele lui
Dumnezeu: „Să facem om după chipul Nostru". Şi aşa a făcut. Acest lucru explică de unde izvorăşte puterea noastră de a iubi, de a ne exercita voinţa, de a avea opţiuni şi a lua decizii în plan moral. Cei mai mulţi dintre noi n-am uitat întru totul cu ce daruri copleşitoare am fost înzestraţi.

Să presupunem că, ieşind, te-ai opri lângă un copac. Se poate spune că, în multe privinţe, aveţi aceeaşi valoare, din moment ce atât tu, cât şi copacul sunteţi creaţia cu totul aparte a lui Dumnezeu. Există însă o diferenţă esenţială – Dumnezeu te-a creat după chipul Său. Nicio altă făptură nu are acest privilegiu.

Ceea ce te deosebeşte, nu mai puţin, este totodată *profunda valoare pe care ţi-o atribuie Dumnezeu*. În 1 Corinteni 6, Pavel spune că am fost cumpăraţi cu un preţ mare. Valoarea sau preţul unui lucru sunt determinate, îndeobşte, de suma pe care cumpărătorul sau răscumpărătorul este dispus să o plătească. Faptul este tot atât de adevărat pentru tine, ca şi pentru mine. Atunci când sunt întrebat ce valoare am, pot răspunde, concret, că ea este dată de preţul pe care
Dumnezeu l-a plătit pentru mine, adică: Iisus.

Înainte de a deveni creştin, înţelegerea acestui fapt a fost o adevărată lecţie de smerenie pentru mine. Dacă aş fi fost singurul om în viaţă, Iisus
Hristos ar fi săvârşit aceeaşi jertfă. Ar fi murit, tot astfel, şi dacă tu ai fi fost singurul care să aibă nevoie de acest lucru. O tânără doamnă din Dallas.
Texas, mărturisea: „Josh, cred că este adevărat. Dar asta înseamnă că eu aş fi fost şi singura care să-i bată cuiele în mâini pentru a-l răstigni".

Statutul tău este, dincolo de orice îndoială, aparte, iar valoarea ta este imensă. În Matei 6: 26, Iisus subliniază acest lucru. Cei care îl urmau îşi făceau probleme. Erau îngrijoraţi, gândindu-se cu ce se vor îmbrăca, ce vor mânca şi bea şi unde vor dormi. Atunci, Iisus a luat păsările ca exemplu. Le-a explicat că ele nu seamănă; nu strâng în grânare. A spus:

„Tatăl vostru cel ceresc le hrăneşte". Aţi văzut vreodată o vrabie flămândă? Apoi, Iisus ajunge la problema esenţială: „Oare nu sunteţi voi cu mult mai de preţ decât ele?"

Rămân uimit să aflu cât de mulţi oameni par să gândească despre ei înşişi că nu valorează nici cât o vrabie. Creându-te, Dumnezeu te-a făcut depozitarul unei valori nepreţuite. Iar adevărata temelie a unei percepţii de sine sănătoase constă în a înţelege şi a recunoaşte valoarea pe care ţi-a atribuit-o Dumnezeu.

Meditând asupra acestui adevăr, nu uita să conştientizezi faptul că nu virtuţile tale îţi conferă o asemenea postură. Valoarea şi preţuirea de care te bucuri se întemeiază nu pe faptele tale, ci pe persoana lui Iisus

Şi pe ceea ce a făcut El pentru tine. Faptele de iubire ale lui Hristos, săvârşite în numele tău, au arătat şi au confirmat pentru totdeauna valoarea deosebită pe care o ai în faţa lui Dumnezeu.

Mai ceva ca unul la un milion?

Un alt motiv pentru care eşti deosebit rezidă în faptul că *eşti unic.*

Din 6 miliarde de oameni câţi trăiesc astăzi pe această planetă, niciunul nu este identic cu tine. Iar o dată ce eşti unul la 6 miliarde, ce posibil motiv ai avea să-ţi doreşti existenţa altuia? Cu toate acestea, majoritatea oamenilor nu-şi pot reprima, de-a lungul vieţii, invidia faţă de ceilalţi – fie că e vorba de posesiuni, de aspectul fizic, de cum le stă părul, de talentele ori aptitudinile lor. Trebuie să porneşti de la ideea că Dumnezeu te-a făcut unic şi că, după cum se exprima cineva.

„Dumnezeu nu se mulţumeşte cu lucruri de doi bani".

În urma uneia dintre conferinţele mele pe tema unicităţii, un tânăr a găsit de cuviinţă să scrie o poezie intitulată simplu: „Eu". Scotea în evidenţă un aspect cât se poate de profund: în vreme ce eu mă străduiesc să trăiesc viaţa altcuiva, cine va rămâne să-mi trăiască propria viaţă? Să ne gândim o clipă. Căutând să fii mereu alt om, cine îşi asumă răspunderea pentru tine însuţi? Dumnezeu doar pe tine te-a creat să fii tu însuţi, şi nimeni n-o poate face mai bine decât tine.

Din veşnicia trecutului până în veşnicia viitorului n-a existat şi nu va exista o persoană identică ţie. Şi o dată ce ajungi să-ţi dai seama de dimensiunile incredibile ale unicităţii tale, poţi să pui capăt fatalului obicei de a te compara cu alţi oameni.

Sunt întrebat uneori de ce nu fac ceea ce face Chuck Swindoll.

Sau de ce nu predic ca şi John MacArthur. Sau de ce nu vorbesc ca şi Billy
Graham despre anumite lucruri. Răspunsul, bineînţeles, este simplu. Dumnezeu nu m-a creat să fiu Chuck Swindoll, John MacArthur, Billy Graham sau oricine altcineva. El m-a creat să fiu eu însumi. Pe tine te-a creat să fii tu însuţi. Iar autentica mea unicitate, alături de autentica ta unicitate înlătură necesitatea oricărei competiţii între noi.

Aşadar, primul lucru pe care Dumnezeu îl spune despre tine este că eşti deosebit. Ai o valoare nepreţuită, întrucât te-a făcut după chipul
Său, şi eşti absolut unic.

Adu-ţi aminte cine te iubeşte

Poţi să numeşti, în momentul de faţă, pe cineva care te iubeşte cu adevărat? Fie şi dacă nu poţi să dai niciun nume, aminteşte-ţi că, aşa precum spune Dumnezeu, eşti iubit. Iar nouă nu ne rămâne decât să-l credem pe Cuvânt.

Cercetările au demonstrat că, în primele zile de viaţă, un copil total lipsit de dragoste îşi poate pierde voinţa de a trăi şi moare. Cu toţii tânjim după dragostea părinţilor, a copiilor, a prietenilor noştri – la locul de muncă ori în comunitate.

Nu cu mult timp în urmă, părintele muzicii rock, Marvin Gaye, s-a sinucis, împuşcându-se. Prietenii artistului, ale cărui piese se aflau pe primele locuri în top, spun că ar fi putut avea tot ce-şi dorea. Însă, cu câteva săptămâni înainte de a muri, Gaye le-a mărturisit că tot ce-şi dorise vreodată a fost dragostea tatălui său.

Am crescut într-un orăşel din Michigan, fără să ştiu cu adevărat cum să-mi arăt sau să accept iubirea. Modelul meu de iubire nu l-au constituit părinţii mei. Ei nu s-au iubit; n-au făcut decât să trăiască împreună. Nu-mi amintesc că tata să o fi îmbrăţişat vreodată pe mama… sau pe mine.

Majoritatea oamenilor sunt încredinţaţi, citindu-mi prima carte, *Mărturii care cer un veridicţi,* că am devenit creştin întrucât nu izbutisem să resping pe plan intelectual creştinismul. Ceea ce ei nu ştiu este că Dumnezeu a folosit această provocare intelectuală doar pentru a-mi deschide sufletul către dragostea Sa. Mi-a captat atenţia prin intermediul apologeticii – concludentele mărturii intelectuale în sprijinul creştinismului. Însă numai iubirea Sa a fost cea în măsură să-mi înfrângă îndărătnicia.

În cartea lui Ieremia, Dumnezeu spune: „Te iubesc cu o iubire veşnică;
de aceea te-am purtat cu bunătatea Mea!” (Ieremia 31: 3). Iubirea lui Dumnezeu este cea care m-a făcut să mă îndrept spre El. „Fiindcă atât de mult a iubit Dumnezeu lumea, că a dat pe singurul Său Fiu...” (Ioan 3: 16).

Veţi spune însă că toate acestea sunt la timpul trecut. Ce se întâmplă acum? în acelaşi capitol, Iisus spune că Tatăl ne iubeşte – la timpul prezent. Iar în Romani 8, Pavel, atunci când arată că nimic nu va putea să ne despartă de dragostea lui Dumnezeu, confirmă dragostea veşnică a lui Dumnezeu în viitor, oricâte greutăţi şi necazuri am fi nevoiţi să îndurăm (versetele 38, 39).

Mulţi oameni nu realizează că Dumnezeu i-a iubit chiar înainte de a deveni creştini. În Romani 5, aflăm că Dumnezeu ne-a iubit chiar şi atunci când încă eram duşmanii Săi – chiar şi atunci când încă eram păcătoşi (versetul 8). Dacă ne-a iubit în asemenea împrejurări, cu cât mai mare este iubirea Sa faţă de noi acum, după ce am devenit copiii Săi adoptivi? Profunzimea acestei iubiri se dezvăluie în Ioan 15: 9, acolo unde Iisus spune: „Cum M-a iubit pe Mine Tatăl, aşa v-am iubit şi Eu pe voi. Rămâneţi în dragostea Mea”.

Bill şi Gloria Gaither au scris un cântec intitulat „Sunt iubit”. Un pasaj al acestui cântec mi-a atras cu precădere atenţia: „Sunt iubit. Sunt iubit... *Cel care mă cunoaşte mai bine ca oricine mă iubeşte cel mai mult” 15* (s.n.). Ceea ce este, fără îndoială, adevărat. Psalmul 139 arată că, înainte chiar de a-mi ajunge cuvântul pe limbă, Dumnezeu îl şi cunoaşte (versetul 4). Iar acest Dumnezeu, care mă cunoaşte mai bine decât soţia mea sau decât oricine altcineva din lume, acelaşi Dumnezeu care ne cunoaşte cel mai bine, ne şi iubeşte cel mai mult.

Dottie, soţia mea, a avut marea şansă de a creşte înconjurată de dragostea şi acceptarea necondiţionată a părinţilor ei după modelul iubirii necondiţionate a lui Dumnezeu. Ea spune: „Unul dintre motivele pentru care am ajuns să mă accept pe mine însămi este faptul că părinţii mei m-au iubit necondiţionat. Ştiam că mă iubesc. Ştiam că sunt preţuită.
Ştiam că le aduc bucurie şi că sunt mândri de mine. Se făleau cu mine, dincolo de orice vanitate, şi de abia aşteptau să fim împreună. Mă vedeam, pur şi simplu, apreciată aşa cum eram.

Gândul că ai lângă tine oameni care te apreciază şi care te

consideră extraordinar, orice ai face, te călăuzeşte atunci când greşeşti şi te ajută să-ţi formezi o percepţie de sine pozitivă. Părinţii mei au avut grijă să-mi cultive unicitatea. Mi-au spus întotdeauna că mă iubesc orice aş face – indiferent de notele pe care le-aş fi luat, mari sau mici, de pildă. Nu m-am îndoit nicio clipă vreodată că mă vor iubi mereu. Aceeaşi certitudine o am şi astăzi. Nu cred că le-aş putea da vreun motiv pentru care ar înceta să mă mai iubească. Într-o asemenea dragoste am crescut”.

Acceptă faptul că eşti acceptat

Dacă ţi s-a întâmplat vreodată să fii respins, te asigur, pe de altă parte, că *eşti acceptat.* De fapt, eşti acceptat în rândurile celor „preaiubiţi”.

Cu toţii râvnim să fim acceptaţi aşa cum suntem – acasă, la lucru sau în biserică. La drept vorbind, implicăm o mare parte din resursele noastre de energie în efortul de a ne face acceptaţi. În ce mă priveşte, mi-a fost de mare ajutor să înţeleg că, datorită jertfei săvârşite pe cruce, prin care Iisus Hristos a ispăşit pedeapsa pentru păcatul meu. Dumnezeu mă poate accepta întocmai aşa cum sunt. Dacă ar fi existat posibilitatea să-mi asum un oarecare merit pentru faptul de a fi fost acceptat de Dumnezeu, atunci nu m-aş fi putut mântui doar prin credinţă. Dumnezeu ne acceptă aşa cum suntem doar în virtutea înfăptuirilor minunate ale lui Iisus Hristos. Nimic nu stă mai presus de acest fapt.

Adoptând însă acelaşi mod de gândire pe care l-am nutrit şi eu cu vreme în urmă, îţi va veni greu să crezi că Dumnezeu te acceptă cu adevărat. Chiar conştient de faptul că Dumnezeu mă acceptă datorită lucrării lui Iisus Hristos, în numele meu, pe cruce, găseam aceeaşi dificultate în a mă accepta pe mine însumi. Iar o dată ce eu însumi nu mă acceptam, cum puteam, aşadar, să cred că altcineva m-ar fi acceptat? Dumnezeu, sau partenera mea de viaţă, oricine – toţi m-ar fi respins, desigur, în aceeaşi măsură. Atunci când nu mă pot accepta pe mine însumi, în jurul eului meu real se ridică un zid.

Obstacolul, urma să descopăr, consta în două erori frecvent întâlnite cu privire la acceptare. Şi în cazul tău, ele sunt, probabil, cele care îţi subminează percepţia de sine. În primul rând, credeam că trebuie să *fiu perfect.* Mai mult, trebuia să fiu *cel mai bun.*

Acum mi se pare absurd, însă chiar îmi propusesem să ating perfecţiunea. M-am străduit din răsputeri să fiu un om care

înfăptuieşte lucruri mari. Îmi planificasem, la un moment dat, întreaga viaţă în cele mai mici amănunte cu gândul la ceea ce doream să realizez. De ce?
Deoarece credeam că singura modalitate certă prin care mă puteam face acceptat era să-mi dovedesc mie însumi şi tuturor celorlalţi că *eram* cineva. În adâncul sufletului însă nu aveam nicidecum convingerea că prezint o valoare doar prin mine însumi.

În speranţa că unele aspecte din experienţa mea de viaţă te-ar putea ajuta să te percepi mai degrabă aşa cum te percepe Dumnezeu, astfel încât să ocoleşti greşelile pe care le-am făcut eu, îngăduie-mi să-ţi fac câteva destăinuiri foarte personale.

Mulţi oameni se întreabă dacă nu cumva popularitatea cărţilor şi filmelor mele, precum şi faptul că am vorbit în faţa mai multor studenţi decât orice alt conferenţiar în viaţă au darul să facă din mine un individ infatuat. Sincer, cred că nu. Şi asta dat fiind că sunt cât se poate de conştient de faptul că Dumnezeu este cel care face toate acestea prin mine. O privire asupra trecutului meu va arăta de ce cred că sunt ultimul dintre cei care s-ar fi gândit vreodată să facă ceea ce fac eu.

Harul mâinii stângi

Trebuie să ştii că ai mei n-au trecut prin gimnaziu. În ce mă priveşte, am urmat o mică şcoală din Michigan, unde se preda gramatică, pe care eu nu am învăţat-o, nici de la profesori, nici de la părinţi. Cunoştinţele mele de gramatică au rămas extrem de sumare. Cel de la care am învăţat câte ceva despre vorbire a fost fratele meu, Jim. Era cu doi ani mai mare ca mine – un tip inteligent – şi, ori de câte ori venea acasă de
Ja şcoala de stat din Michigan, mă îngrozea faptul că are să-mi corecteze iarăşi greşelile de exprimare.

Cât timp am crescut, îmi era frică şi să deschid gura atunci când Jim se afla prin preajmă. „Vreau decât asta”, obişnuiam să spun. „Foloseşti greşit negaţia”, intervenea el. Iar eu îi răspundeam că „habar n-am ce înseamnă negaţie”.

Învăţătoarea mea din clasa a doua a încercat să mă dezveţe de a-mi folosi mâna stângă, deşi nici acum nu mă deranjează să fiu stângaci.
(La urma urmei, Biblia spune că Iisus stă de-a dreapta lui Dumnezeu.

Deci, Dumnezeu probabil că e stângaci. În plus, cercetările arată

că oamenii îşi folosesc partea de creier opusă mâinii pe care o folosesc cu predilecţie, ceea ce înseamnă că „stângacii” sunt singurii care au o „judecată dreaptă”.)

Nu ştiu cum abordează astăzi şcolile problema tendinţei de utilizare a mâinii stângi. Pe vremea aceea, două zile pe săptămână, după-amiaza, învăţătoarea mă silea să rămân împreună cu ea într-o clasă, pentru a exersa să-mi folosesc mâna dreaptă, în vreme ce prietenii mei erau afară, jucând softball şi baschet. Îmi dădea diverse exerciţii ori mă punea să construiesc anumite lucruri. De fiecare dată când încercam să folosesc stânga se apleca spre mine cu o riglă de 30 de centimetri, şi...
jap\ Fireşte, îmi retrăgeam mâna de îndată.

Unora li se pare amuzant, dar din cauza aceasta am ajuns să am probleme de vorbire. De fiecare dată când eram obosit, neliniştit sau speriat, începeam să mă bâlbâi. Îmi aduc aminte că, la un moment dat, a trebuit să mă ridic şi să recit Discursul de la Gettysburg. Stăteam acolo, în faţa clasei, bâlbâindu-mă, iar învăţătoarea repeta întruna: „Spune! Spune!” în cele din urmă, am izbucnit în plâns în faţa tuturor prietenilor mei şi am fugit afară. A fost un început nu tocmai memorabil pentru o carieră de orator. În plus, toţi ceilalţi profesori au fost înştiinţaţi de ceea ce se întâmplase.

Adevărata problemă era că nimeni nu mi-a spus niciodată că, în realitate, ei încearcă să mă ajute. M-au lăsat să cred că a fi stângaci era un semn al inferiorităţii, sau chiar mai rău. În ciuda acestui fapt, am decis că nu mă vor schimba. Şi nici nu au izbutit.

Neajunsurile percepţiei pe care o aveam despre mine nu s-au rezolvat însă odată cu gimnaziul. În primul an la universitate, un profesor de engleză, făcând prezenţa, a întrebat despre unul dintre colegii mei. M-a luat, atunci, gura pe dinainte: „Nu se simte bun astăzi!” Replica ironică a profesorului nu s-a lăsat aşteptată. „Domnule McDowell. Sunteţi sigur că nu se simte *bine* astăzi?” Rareori am mai rostit, de atunci, vreun cuvânt la cursul respectiv. Aşa încât se înţelege de ce mi se părea cu totul improbabil că voi ajunge vreodată să desfăşor o activitate de genul celei pe care o am în prezent.

Dr. Hampton, consilierul studenţilor din anul întâi, după ce se lămurise cu privire la situaţia mea din catalog, mi-a spus într-o zi: „Josh, eşti un student de nota 5 pe linie. Însă ai ceva ce multă lume nu are”.

„Ce anume?”, am întrebat. „Mi-ar prinde bine să ştiu”.

„Hotărâre şi energie”, a spus. „Cu ele poţi ajunge mai departe decât majoritatea celor ce mizează pe calităţile lor intelectuale. Dacă eşti dispus să depui efort în această direcţie, atunci sunt şi eu dispusă să te ajut”.

Am profitat de ocazia oferită şi am petrecut ore întregi, înregistrând benzi audio pe care să le asculte pentru a-mi corecta vorbirea. Şi chiar dacă resimţeam o undă de resentiment de fiecare dată când mă vedeam corectat – o senzaţie de genul „cine te crezi” – ştiam că, astfel, primesc un ajutor. Aşa că n-am renunţat.

Sentimentul că eram lipsit de valoare mi-era întărit cu regularitate, la biserică, la facultate şi la întrunirile din campus. Chemarea de a-mi asuma un angajament suna cam aşa: „Adu-ţi talentele şi aptitudinile şi oferă-le lui Iisus. El doreşte să te primească şi să lucreze prin tine”.

Nu m-am mobilizat niciodată. Şi chiar după ce ajunsesem să-l cunosc pe Iisus Hristos ca Mântuitor şi Domn al meu, nu credeam că această provocare îmi era adresată şi mie. Trebuie să ştii că nu credeam să am vreun talent sau vreo calitate. Bineînţeles că aveam, dar după cum ni se reaminteşte în Proverbe: „Aşa cum [un om] gândeşte în sufletul lui, aşa este el”. În ce mă priveşte, gândeam că nimic nu era de preţ în mine, iar acest lucru îşi punea amprenta asupra vieţii mele.

Să vii cu mâna goală în faţa lui Dumnezeu în timpul semestrului de toamnă din ultimul an ca student la Wheaton
Collège am ascultat cuvântul rostit de Dr. Richard Halverson, acum capelan al Senatului Statelor Unite. A vorbit în ultima seară a săptămânii Creşterii
Spirituale, iar sala era arhiplină. Când am primit invitaţia, mi-am zis: *Iarăşi aceeaşi poveste.* „Vino cu talentele, aptitudinile şi înzestrările pe care le ai, aşază-le pe altar şi spune: Doamne, sunt aici. Lucrează prin mine”.

Sute de studenţi au răspuns. Stând acolo şi întrebându-mă de ce trebuie să trec din nou prin toate acestea, m-am ridicat brusc, de faţă cu toată lumea, şi am ieşit ca o vijelie pe uşă, în aerul nopţii. Am fugit, fără să mă opresc, până la dormitor, unde am încercat, inutil, să adorm. Mai târziu, l-am trezit pe capelanul Welsh, dar nu mi-a fost de ajutor.
Am sunat-o pe logodnica mea. Nici ea nu a putut să mă ajute.

Cam pe la ora patru dimineaţa, m-am trezit plimbându-mă pe

strada
West Union din Wheaton, Illinois. Luna tomnatică de după echinox – luna plină a lui octombrie – străjuia cerul nopţii. Ajuns, după cum se spune, la capătul puterilor, am strigat: „Doamne, nu mai pot!” Nu mai
Ştiu dacă atitudinea şi cuvintele mele au fost chiar acestea, dar am spus:
„Dumnezeule, nu cred că am vreo putere. Nu cred că am vreun talent. Sunt bâlbâit. Nu stăpânesc gramatica. Nu pot face asta, nu pot face cealaltă.
Dar iată-le – toate limitele şi lipsurile mele. Aici sunt toate slăbiciunile mele. Ţi le ofer Ţie. Dacă le poţi folosi pentru a te preamări pe Tine însuţi, am să te slujesc tot restul vieţii mele, cu fiecare răsuflare a mea”.

De atunci încoace, de la acea rugăciune plină de deznădejde, sunt alt om – trăiesc lucruri miraculoase. Graţie prezenţei lăuntrice a Duhului
Său Sfânt, Dumnezeu mi-a luat cu adevărat defectele şi le-a transformat în cele mai puternice calităţi ale mele.

Prea mulţi oameni îşi plâng de milă în legătură cu punctele lor slabe. Ei sunt convinşi că, din această cauză, nu-i sunt folositori lui
Dumnezeu. Eu sunt dovada vie că Dumnezeu se foloseşte de oameni care nu sunt perfecţi. Dumnezeu este deasupra tuturor limitelor tale.
Iar atunci când creştinii vor înceta să se mai piardă în autocompătimire şi se vor prezenta în faţa Domnului cu inima deschisă, vor descoperi că
Iisus îi va întâmpina, exact acolo unde ei se află. Îi va transforma după chipul şi asemănarea Sa.

Eu cred că, atunci când te bucuri de o percepţie de sine sănătoasă, văzându-te aşa cum te vede Dumnezeu – nici mai mult nici mai puţin – poţi să-ţi înfrunţi limitele. Poţi să i le oferi lui Hristos pentru a lucra în ele – şi, în acelaşi timp, îi poţi oferi şi aptitudinile şi calităţile tale, pentru a te feri să cazi în trufie din pricina lor. Nu trebuie să fii perfect ca să poţi avea o percepţie de sine sănătoasă. Trebuie doar să celebrezi persoana unică pe care Dumnezeu a creat-o prin tine.

De multe ori îmi imaginez că umblu cu un indicator pe spatele meu care avertizează: „În construcţie”. Am învăţat să mă accept pe mine însumi în acelaşi temei în care mă acceptă şi Dumnezeu – datorită lui
Iisus Hristos şi a faptului că a murit pe cruce. Mi-au trebuit ani în şir să

înţeleg acest lucru. Însă o dată ce am înţeles că mă pot accepta, am devenit liber să-i accept şi pe ceilalţi aşa cum erau, fără să pun condiţii în relaţia cu ei.

Trebuie să înţelegi că dragostea lui Dumnezeu este necondiţionată, la fel ca şi acceptarea Lui. El te acceptă chiar în acest moment, aşa cum eşti. De aceea, Ioan scrie: „Şi dragostea stă nu în faptul că noi am iubit pe Dumnezeu, ci că El ne-a iubit şi a trimis pe Fiul Său ca jertfă de ispăşire pentru păcatele noastre” (1 Ioan 4: 10). Dumnezeu te acceptă fiindcă te-a iertat în virtutea a ceea ce a făcut Iisus pentru tine. Nu mai cred acum în primul neadevăr, şi anume că *trebuie să fiu perfect* pentru a fi acceptat. Pentru Iisus Hristos sunt perfect, iar acceptarea Lui e singura de care am nevoie cu adevărat.

Să dai tot ce ai mai bun e suficient!

Al doilea neadevăr privitor la acceptarea de sine care nu-mi dădea pace era ideea că trebuie să *fiu cel mai bun.* Am întâlnit atâţia oameni care îşi închipuie că trebuie să fie cel mai bun bucătar din lume, cel mai bun om de afaceri din stat sau cel mai bun jucător din Liga Naţională de Fotbal. Ei îşi fixează acest scop în ideea de a fi acceptaţi de ceilalţi. Problema este, fireşte, că dacă e adevărat că trebuie să fii cel mai bun în domeniul tău, atunci doar un singur student şi un singur agent de vânzări, de exemplu, din întreaga ţară vor ajunge să se accepte pe ei înşişi.

Un jucător debutant în Liga Mare de baseball, aruncător, a fost întrebat odată: „Care-i problema?” A răspuns: „Cel care e la bătaie astăzi şi-a început cariera la Red Sox, atunci când eu eram în clasa a patra. La prima aruncare i-am trimis cea mai rapidă minge din viaţa mea”.

„Şi ce s-a întâmplat?”

„A lovit-o fără nicio problemă!”

Acest debutant se afla într-un impas. Situaţia îi afecta imaginea sa de sine. La juniori, aruncarea lui era de mare efect. Jucătorii care erau la bătaie îl considerau un aruncător redutabil. Însă odată cu schimbarea bruscă a echipamentului, trecând de la juniori la seniori, aruncarea sa rapidă, de temut, a fost un eşec, iar acest lucru se răsfrângea asupra percepţiei pe care o avea despre sine.

Dacă aşa avem de gând să trăim (şi cei mai mulţi dintre noi aşa şi trăim), atunci va trebui să fim întotdeauna cei mai buni în toate, ca să putem fi mulţumiţi de noi înşine. Însă în timp ce în unele domenii

avem succes, există altele în care nu ne descurcăm. Aşa că dacă trăim sub imperiul ideii de a fi cel mai bun, vom avea de luptat cu propria noastră percepţie despre noi înşine.

Oare aceasta să fie viaţa pe care ne-a hărăzit-o Dumnezeu? Categoric, nu! Apostolul Pavel spune: „Dar fiecare să-şi cerceteze fapta lui...”. De ce? Pentru că „... atunci va avea cu ce să se laude numai în ce-l priveşte pe el şi nu cu privire cu alţii” (Galateni 6: 4). Dragostea şi capacitatea lui Dumnezeu de a ne accepta nu se manifestă doar în anumite situaţii, iar El vrea să fim conştienţi de acest lucru atunci când ne raportăm la noi înşine.

Dacă la o conferinţă am vorbit cât am putut eu de bine, folosindu-mi talentele şi înzestrările pe care mi le-a dăruit Dumnezeu prin puterea

Duhului Sfânt, atunci nu mă interesează că există alţi cincizeci de oameni care vorbesc mai bine decât mine. Mă pot întoarce în camera de hotel

Şi, uitându-mă în oglindă, pot să spun: „McDowell, eşti tare! îmi place de tine. Te-ai folosit de darurile tale şi ai făcut tot ce ţi-a stat în putinţă, spre slava lui Dumnezeu”. Dacă ai o percepţie de sine sănătoasă, poţi face asta. Doar dacă nu-mi dau toată silinţa atunci când este vorba de lucrurile importante sunt nemulţumit de mine.

Dar cum aflăm care lucruri sunt importante? De la Dumnezeu? De la familie? De la prieteni? De la noi înşine? Nu trebuie să uităm că există multe situaţii în viaţă în care nu este necesar să ne dăm toată silinţa. Unii pot simţi nevoia să dea tot ce au mai bun în domeniul gătitului, fapt cu care sunt întru totul de acord, mai ales dacă mă invită la masă. Însă dacă îşi vor investi toată energia în pregătirea micului dejun, a prânzului, a cinei şi a apetitivului, nu va trece mult şi se vor mistui pe altarul gătitului. Numai anumite lucruri din lumea aceasta necesită totala noastră dăruire.

Am reuşit să accept lucrul acesta, amintindu-mi că Dumnezeu mă iubeşte... *întocmai aşa cum sunt eu.* Atunci când m-am îndreptat înspre

Iisus Hristos, cu credinţa că El este Mântuitorul şi Domnul meu, am înţeles, din ceea ce Biblia ne învaţă atât de limpede, că Dumnezeu mă iubeşte şi mă acceptă aşa cum sunt. Cu toate neajunsurile mele, cu toate defectele mele, Dumnezeu mă acceptă. Acesta este temeiul firesc al faptului că mă accept pe mine însumi.

Atunci când *dai* tot de ai mai bun din tine, nu te afli în competiţie cu nimeni şi te poţi percepe aşa cum te-a făcut Dumnezeu. C.S. Lewis spune, în *The Screwtape Letters,* că Dumnezeu vrea ca omul „în cele din urmă să se elibereze de toate prejudecăţile care îl afectează negativ, astfel încât să se poată bucura de înzestrările sale cu aceeaşi sinceritate şi să fie la fel de recunoscător pentru ele ca şi pentru darurile cu care au fost înzestraţi cei de lângă el – sau ca şi pentru un răsărit de soare, un elefant sau o cascadă. El vrea ca fiecare om, cu timpul, să privească toate creaturile (inclusiv pe sine) ca fiind preamărite şi minunate".16

Conştiinţa acestui fapt m-a făcut să-i accept şi pe ceilalţi. Nu simt nevoia să-i judec după acţiunile lor, nu trebuie să-mi dovedească nimic, îi pot privi cu îngăduinţă, aşa cum şi Dumnezeu face cu mine. Întrucât am puterea de a mă accepta pe mine, Josh McDowell, aşa cum sunt, pot să am încredere că soţia mea, Dottie, mă va accepta de asemenea.

Astfel că îmi pot deschide sufletul în faţa ei, să fiu c. u adevărat liber în ceea ce spun şi fac.

A iubi cu adevărat

Un alt mod de a te bucura de o percepţie de sine sănătoasă – să te percepi pe tine aşa cum te percepe Dumnezeu – este să fii un mijlocitor al iubirii. Una dintre cele mai mari nevoi ale bisericii de astăzi este aceea ca oamenii însufleţiţi de credinţă să-şi manifeste iubirea dumnezeiască unii faţă de alţii şi faţă de cei din jurul lor.

În cadrul unei emisiuni televizate, am purtat o discuţie de trei ore şi jumătate în compania co-fondatorului revistei *Playboy.* Acesta era adeptul unei etici situaţionale şi opinia lui era că nu există bine sau rău, că întotdeauna circumstanţele de moment sunt cele care îi dictează cuiva ce să facă. Altfel spus, nu există rău sau bine apriori, iar atunci când te confrunţi cu o situaţie de viaţă, acţionezi „în spiritul iubirii – faci ce crezi că e bine".

Adepţii acestei filosofii citează din Romani 13: 8, în care se spune:

„Să nu datoraţi nimănui nimic, decât să vă iubiţi unul pe altul; căci cine iubeşte pe altul a împlinit legea". Aceştia însă trec cu vederea versetul 9, unde Pavel scrie: „Să nu comiţi adulter, să nu omori, să nu furi, să nu faci o mărturisire mincinoasă, să nu pofteşti".

Ce înseamnă toate acestea? înseamnă că un Dumnezeu plin de

iubire ne dă nişte porunci. În cuprinsul Bibliei ne îndeamnă să dăm acţiunilor noastre un conţinut consistent, astfel că, atunci când El spune: „Iubiţi-vă unul pe altul”, ştiu ce trebuie să fac ca să acţionez în spiritul iubirii.
Dacă iubeşti cu adevărat pe cineva, atunci n-ai să-l omori şi nici n-ai să furi de la el.

Cineva îmi zice: „Păi, mi-a zis că, dacă l-aş iubi cu adevărat, aş face sex cu el”; dacă e în afara căsătoriei, sincer, nu pot să spun decât că, dacă într-adevăr îl iubeşti, atunci nu vei face acest lucru. N-ar fi o dragoste autentică. Dumnezeu nu ne-a poruncit să ne iubim unul pe altul, pentru ca mai apoi să ne lase pe noi să adaptăm definiţia iubirii în funcţie de moment. El a dat un conţinut acelei iubiri. Ne-a oferit definiţia iubirii în 1 Corinteni 13, în Cele Zece Porunci din Exodul 20 şi pe tot cuprinsul Bibliei.

Un exemplu memorabil a ceea ce înseamnă să fii un mijlocitor al iubirii în virtutea unui sentiment de siguranţă de sine mi l-a oferit o stewardesă de la Eastern Airlines. De-a lungul ultimilor optsprezece ani, am zburat cam de 5.000 de ori cu avionul, aşa că am avut parte de mai toate experienţele posibile într-o asemenea situaţie. Însă nu mi-a mai fost dat să văd niciodată ceea ce am văzut în timpul unui zbor de la Atlanta la
Chicago. În timp ce traversam compartimentul de clasa I, îndreptându-mă spre „bou-vagon”, am văzut o stewardesă care le ura tuturor bun venit, cu un zâmbet larg şi cu un buchet de trandafiri în braţe.

Ciudat, mi-am zis. Şi nefiind un introvertit, i-am zis, în timp ce treceam: „Sunt flori de la prietenul tău?” A spus: „Nu”. „Atunci de la cine?”, am întrebat. Mi-a răspuns: „De la mine!” Nu e ciudat? Nu am ştiut ce să spun, aşa că mi-am găsit locul şi m-am aşezat.

Nu puteam să-mi iau gândul de la ceea ce spusese. Eram atât de intrigat încât înainte ca avionul să părăsească terminalul, m-am dus la ea şi m-am prezentat. Aflând că este creştină, i-am zis: „Pot să-ţi pun o întrebare foarte personală? De ce ţi-ai luat un buchet de trandafiri?”

„Fiindcă îmi place de mine”, mi-a răspuns.

Închipuie-ţi! Fiindcă îi plăcea de ea însăşi s-a dus şi şi-a cumpărat un buchet de trandafiri.

Elocvenţa florilor îngăduie-mi, acum, să te întreb: ţi-ai cumpărat vreodată flori ţie însuţi?

De-a lungul timpului, am petrecut nopţi solitare, departe de casă, de soţie, de cele trei fiice şi de fiul meu. Ca participant la organizaţia Campus Crusade for Christ, în calitate de conferenţiar, nopţile cele mai pline de singurătate sunt probabil cele din ajunul Anului Nou. Plec de acasă în noaptea de Crăciun sau în dimineaţa următoare şi călătoresc de-a lungul Statelor Unite, ţinând mai multe prelegeri. În timpul zilei vorbesc, iar noaptea călătoresc. Apoi, a doua zi vorbesc şi călătoresc din nou, şi aşa mai departe, încheind de obicei în după-amiaza de dinaintea Anului Nou, în San José, California.

În treisprezece din ultimii paisprezece ani, după ce toate acestea se sfârşesc, ajung pe aeroportul „John Wayne" din Orange County, de unde cineva mă ia şi mă duce să mă cazeze la acelaşi hotel, pe aceeaşi plajă, în fiecare an. Soţia şi copiii sunt în Boston, la părinţii soţiei. Extenuat, din punct de vedere fizic, emoţional şi spiritual, nu-mi rămâne decât să mă odihnesc.

Cu câţiva ani în urmă, după ce turneul de conferinţe se încheiase. Don Stewart, împreună cu care am scris câteva cărţi, a venit după mine la aeroportul „John Wayne" cu mica lui maşină Honda Civic şi a pornit pe şosea. Când am ajuns în Laguna Beach, am trecut pe lângă un camion plin cu flori. La rugămintea mea, Don a oprit – chiar în mijlocul drumului. L-am rugat să tragă lângă trotuar, m-am dat jos, m-am dus până la camion şi am cumpărat cinci buchete de flori.

Ai încercat vreodată să intri într-o Honda Civic cu cinci buchete de flori? Nu este uşor – mai ales când nimeni nu-ţi deschide portiera. Stăteam acolo cu toate acele flori, iar Don se uita la mine fără să scoată un cuvânt. Mi-a spus mai târziu ce gândise atunci: „Acesta e Josh McDowell, participant la Cruciada pentru Hristos, conferenţiar creştin, soţia lui e în Boston, este ajunul Anului Nou, iar el se îndreaptă singur spre o cameră de hotel cu cinci buchete de flori. Au să seiste niscaiva zvonuri".

O vreme nu a scos niciun cuvânt, dar când am ajuns pe autostrada de pe coasta Pacificului, n-a mai rezistat: „Pentru ce ai cumpărat florile?" Am fost tentat să-i răspund: „Nu e treaba ta", dar n-am făcut-o.

I-am spus că sunt obosit, iar când sunt în starea asta, Satanei îi place să-şi facă simţită prezenţa în viaţa mea. Îi place să mă descurajeze, ca

să-mi iau ochii de la Dumnezeu, să uit de izbânzi şi să mă gândesc la greutăţi.

I-am zis: „Don, voi sta patru zile aici şi am de gând să umplu camera cu flori. Vreau să pun un buchet pe balcon, unul pe televizor, altul pe noptieră. Şi de fiecare dată când am să mă uit la unul dintre buchete va fi ca şi cum Dumnezeu mi-ar zice: Josh, te iubesc. Josh, te accept.

Josh, te iert. Josh, aşa cum Tatăl Mă iubeşte, la fel te iubesc şi Eu pe tine. Josh, eşti deosebit!” Am să mă uit la fiecare buchet de flori şi-l
voi auzi pe Dumnezeu spunându-mi: Josh, valoarea ta este nepreţuită.
Te-am creat după chipul Meu. Josh, eşti unic”. Trebuie să ştiţi că, începând cu acea noapte din ajunul Anului Nou, niciodată n-am mai privit florile la fel.

De aceea întreb din nou: ţi-ai cumpărat vreodată un buchet de flori?

Pentru a cunoaşte secretul iubirii – ca să trăieşti un sentiment de dragoste, o căsnicie şi o relaţie sexuală care să îţi aducă împlinire – trebuie să fii persoana potrivită. Iar primul ingredient necesar este o percepţie de sine sănătoasă. Îţi este la îndemână! Percepţia autentică de sine pe care Dumnezeu ţi-a dăruit-o îţi aparţine, dacă vrei să crezi în ea şi să o accepţi.

Subiecte de meditaţie

— Ce îţi place la felul în care Dumnezeu te-a creat?

— Care sunt lucrurile care fac din tine o persoană unică?

— Cum îţi daţi seama că Dumnezeu te-a acceptat?

— Ce poţi face astăzi sau mâine pentru a fi un mijlocitor al iubirii?

Te-ai gândit vreodată că aportul tău într-o relaţie nu este altceva decât o consecinţă firească a felului tău de a fi? La fel se întâmplă şi în cazul partenerului tău?

Trebuie să înţelegi că atunci când doi oameni se implică într-o relaţie, mai ales când e vorba de legământul căsniciei, fiecare vine cu o educaţie proprie, o cultură şi un stil de a comunica. Două moduri de viaţă diferite, două seturi de experienţe şi întâmplări personale se combină, formând un tot unitar. Dacă nu posedă fiecare puternice calităţi de comunicare şi nu sunt capabili să se înţeleagă unul pe celălalt, nu va fi posibilă niciodată o apropiere sufletească între ei care să-i mulţumească. Abilitatea de a comunica lucruri importante la un

nivel profund este una din cerinţele fundamentale pentru a fi persoana potrivită.

Cel mai adesea, cei care consultă un psiholog sau un consilier marital se plâng de incapacitatea de a comunica. Într-un sondaj efectuat pe un număr de 730 de consilieri maritali, covârşitoarea majoritate a declarat că problema de cuplu pe care au tratat-o cel mai frecvent este o „întrerupere a comunicării” 17.

Într-un sondaj al revistei *Ladies' Home Journal,* la care au participat peste 30.000 de femei, o singură problemă a depăşit-o pe cea a conflictelor privitoare la bani – „insuficienta comunicare”. Cercetătoarea Terri
Schultz scrie: „Deşi există multe femei care şi-au ales partenerii pornind de la atracţia sexuală, potrivit cercetărilor, în momentul în care s-au implicat într-o nouă relaţie, acestea au declarat că abilitatea de a comunica este mult mai importantă” 18. Pentru aceste femei, acum mai înţelepte, capacitatea de comunicare într-o relaţie s-a ridicat deasupra atracţiei sexuale, a aspectului fizic şi a trăsăturilor de personalitate.

Cercetările demonstrează că o căsnicie activă şi împlinită este proprie cuplurilor care îşi împărtăşesc sentimentele şi în care soţul şi soţia sunt foarte deschişi unul faţă de altul. Principala disfuncţie a căsătoriilor destrămate nu este de ordin sexual, ci comunicativ.

Dr. Mark Lee citează o serie de studii, efectuate în unsprezece ţări, care „arată că cele mai fericite cupluri sunt cele în care partenerii vorbesc cel mai mult unul cu celălalt”. În calitate de consilier marital.
Lee observă că „problema care apare în căsnicie este înstrăinarea.

Cunoaştem statistic faptul că un cuplu obişnuit, după un an de căsătorie, îşi petrece treizeci şi şapte de minute pe săptămână discutând lucruri importante care ţin de intimitate – mult prea puţin”.19

Într-un interviu acordat în exclusivitate, avocatul Herbert A.
Glieberman, un renumit specialist în divorţuri şi în legislaţia familiei, cu o experienţă de douăzeci şi opt de ani, a fost rugat să indice cea mai importantă cauză pentru care cuplurile se despart. Glieberman a răspuns: „Pe locul întâi se află incapacitatea de a discuta sincer unul cu altul – de a-şi deschide sufletele şi de a fi cei mai buni prieteni…
Descopăr prea mulţi oameni care în loc să discute cu adevărat unul cu altul, îşi adresează mai degrabă cuvinte care trec pe lângă ei…”.20

Leo Buscaglia a trimis chestionare pe tema căsniciei la un număr de
1.000 de persoane şi a declarat pentru *USA Today* că „cel puţin 85 % dintre respondenţi au mărturisit că aspectul calitativ cel mai mai important care poate face ca aceasta să funcţioneze este comunicarea – capacitatea a doi oameni de a discuta unul cu celălalt lucruri dintre cele mai intime".21

Lynn Atwater, sociolog şi profesor la Seton Hall University, afirmă că femeile au aventuri extraconjugale mai cu seamă fiindcă îşi doresc o relaţie afectivă mai profundă. Ea menţionează studii recente care dezvăluie faptul că femeile consideră plăcerea fizică şi varietatea la fel de importante, dar, spre deosebire de bărbaţi, nu se implică în legături amoroase în principal pentru sex. „Bărbaţii mă întreabă întotdeauna ce să facă pentru a le împiedica pe soţiile lor să îi înşele", spune Atwater. „Sfatul meu este:
Vorbeşte cu ea". Conform lui Atwater, pentru femei cel mai mare câştig al unei relaţii extraconjugale este comunicarea afectivă22.

Comunicarea este, pur şi simplu, principala cale prin care învăţăm mai multe unul despre altul. Cu cât este mai mare capacitatea cuiva de a comunica în mod real, cu atât este mai puternică satisfacţia pe care amândoi partenerii o trăiesc în cadrul relaţiei. Între doi oameni care trăiesc unul lângă celălalt se vor isca neînţelegeri. Dacă nu vor discuta despre aceste neînţelegeri, vor ajunge, inevitabil, la confuzie şi conflicte.
Chiar şi apostolul Pavel a avut parte de aşa ceva, în comunicarea sa cu Barnaba, tovarăşul său. După cât se pare, ei nici măcar nu au discutat despre ceea ce simţeau în legătură cu faptul că Ioan Marcu i-a părăsit – până a sosit momentul să pornească din nou la drum. Atunci s-a dovedit a fi prea târziu pentru a ajunge la o înţelegere.

Un raport verbal

Ce înseamnă a comunica? Potrivit celor spuse în *Random House Dictionary,* înseamnă: „a oferi sau a schimba gânduri, sentimente.

38 (secretul artei de a iubi informaţii ş.a., prin intermediul scrisului, al vorbirii etc". Dr. H. Norman
Wright, consilier marital şi autorul unor excelente cărţi pe tema comunicării familiale, oferă o definiţie simplă: „Comunicarea este un proces (verbal sau nonverbal) de transmitere a informaţiei către o altă persoană de o manieră în care aceasta să înţeleagă ceea ce i se spune. *A*

vorbi, a asculta' şi
a înţelege, toate se regăsesc în procesul de comunicare".23

Comunicarea înseamnă să te împărtăşeşti cu adevărat celuilalt. Acest dialog constituie *nevoia esenţială* a cuplurilor de astăzi.

„Dialogul are loc", scrie Dwight Small, „atunci când doi oameni îşi comunică înţelesul deplin al vieţii lor, atunci când participă unul la viaţa celuilalt în modul cel mai profund, cu toată dăruirea de care sunt capabili".24

„Pentru a comunica este nevoie de doi parteneri", spune Cynthia Deutsch în articolul său, „Riscurile unui partener tăcut".

Dacă unul dintre parteneri nu este dispus, atunci poate să existe discuţie, nu însă şi comunicare. A comunica despre problemele existente este o preocupare dificilă, care-i face pe oameni să se simtă vulnerabili. Însă nicio relaţie nu există fără anumite probleme, iar a discuta despre ele reprezintă modalitatea prin care poate fi găsită o rezolvare a lor. Dacă unul dintre parteneri nu participă, nu există rezolvare, iar problema în cauză se poate amplifica, afectând relaţia şi sub alte aspecte. Acest lucru se adevereşte mai cu seamă atunci când acelaşi partener refuză cu încăpăţânare şi în mod repetat să discute anumite probleme.

Când un partener respinge comunicarea, tendinţa accentuată a celuilalt este de a începe să refuze a mai investi atât de mult în relaţie, şi e posibil ca în foarte scurt. timp cei doi să acumuleze furie, să se simtă respinşi şi să se înstrăineze unul de altul. Adeseori, după ce problema principală este rezolvată, este necesară în aceeaşi măsură şi redefinirea celorlalţi domenii ale vieţii lor. Comunicarea autentică, cea care îi deschide pe oameni unul faţă de celălalt, poate fi foarte fragilă, iar o dată distrusă, este de nevoie de atenţie şi uneori de minuţiozitate pentru a o reface.25

Cei mai mulţi consideră că a comunica înseamnă a vorbi – ei urmăresc să-şi expună punctul de vedere. Comunicarea profundă însă are două laturi – a vorbi *şi* a asculta. Partea cel mai ades neglijată de către cuplurile din ziua de azi este ascultarea.

Pornind de la faptul că Dumnezeu ne-a dăruit două urechi şi o singură gură, irlandezii au tras concluzia, plină de miez, că ar trebui să ascultăm de două ori mai mult decât vorbim. Iacov scrie: „Orice om să fie grabnic la ascultare, încet la vorbire" (Iacov 1: 19), iar Shakespeare reia această vorbă spunând: „Dăruieşte-ţi urechea oricui, însă numai

câtorva cuvântul”.26

Expresia „grabnic la ascultare” înseamnă a fi „pregătit să asculţi”, însă majoritatea oamenilor, în ce priveşte comunicarea, se simt mai bine atunci când vorbesc. Se simt mult mai în siguranţă atunci când îşi exprimă punctul de vedere, sentimentele, opiniile şi ideile decât atunci când le ascultă pe ale altora. A asculta este partea cea mai grea a comunicării pentru cei mai mulţi. Ascultarea nu ne vine nicicând la îndemână în mod firesc.

Atenţie, extravertiţi!

Când, într-o relaţie, unuia dintre cei doi îi lipseşte abilitatea de a asculta cu adevărat, frustrarea care se instalează se poate transforma într-o problemă de cuplu serioasă, dacă nu este soluţionată. Extrovertiţii (asemenea mie) se fac adesea vinovaţi îndeosebi de faptul că vorbesc prea mult şi nu ascultă suficient. Este un neajuns pe care încă încerc să-l îndrept în căsnicia mea.

Cam la şapte-opt luni după ce ne-am căsătorit, Dottie, şovăind, a venit la mine. Se vedea că suferă. „Nu cred că mă iubeşti”, a mărturisit.

„Poftim?”, am exclamat. „Doar nu vorbeşti serios! Te iubesc mai mult decât pe oricine altcineva de pe faţa pământului”.

„Iubitule”, mi-a răspuns, „Nu cred că te interesează cu adevărat unele aspecte ale vieţii mele care pe mine mă interesează. Nu cred că îţi pasă de unele mici aspecte”.

Aoleu! Era de parcă mi-ar fi înfipt un cuţit în inimă. Am obiectat pe loc: „Dar îmi pasă!”

Am rămas uimit, ascultând-o pe Dottie, care îmi explica de ce simţea acest lucru. „Nu mă asculţi niciodată. Încep să-ţi spun ceva, iar tu mă întrerupi sau schimbi subiectul. Sau încep să-ţi spun ceva, iar tu eşti cu gândul aiurea. De multe ori, te faci că mă asculţi, dar cu mintea eşti la o dezbatere în Bolivia”. Acesta este modul în care soţia mea îmi spune: „Dragul meu, te gândeşti la altceva când îţi vorbesc”.

Un indicator al unei relaţii sănătoase este numărul de expresii folosite de un cuplu, al căror înţeles este ştiut doar de către ei. Nu am să vă dezvălui toate expresiile pe care le cunoaştem doar eu şi Dottie, dar atunci când vrea să mă atenţioneze că mă uit la ea şi mă gândesc la

altceva, îmi spune: „Eşti la o dezbatere în Bolivia!” (Mi-am

început cariera organizând dezbateri libere cu marxiştii în America Latină.)

Ce am descoperit că se întâmpla? Din cauza faptului că nu învăţasem niciodată să-i ascult pe oameni, îi transmiteam soţiei mele, fără să vreau, că nu îmi pasă. A început să se închidă în sine.

„A fi atent la ceea ce ne spune partenerul", scrie Richard Austin. „Este o măsură a respectului nostru. De prea multe ori auzim cuvintele dintr-o conversaţie, însă nu percepem cu adevărat mesajul. A asculta cuvintele şi a percepe mesajul sunt două lucruri total diferite".27

Fiindcă nu am depus un efort susţinut (iar uneori nu am depus efort deloc) ca să o ascult pe Dottie, i-am transmis că ceea ce avea ea să-mi spună nu prezenta importanţă pentru mine. Ce mod de a-i tăia celuilalt entuziasmul! Atunci când asculţi cu adevărat pe cineva, e ca şi cum i-ai spune: „Eşti important! Eşti extrem de valoros!" Respectul porneşte de la ascultare.

A asculta pe cineva este modalitatea cea mai profundă prin care îi dovedeşti că îl iei în serios, că îţi pasă, că îi preţuieşti opinia. Dr. David
Augsburger pune problema în felul următor: „O ureche deschisă este semnul unei inimi deschise, singurul lucru vrednic de crezare".28 Iată cum raportează Augsburger adevărata ascultare la respectul de sine al unei persoane.

Dacă mă asculţi, probabil că merit să fiu ascultat.

Dacă mă ignori, probabil că sunt plictisitor.

Dacă eşti de acord cu părerile şi valorile mele, atunci am ceva valoros de oferit.

Dacă nu eşti de acord cu observaţiile sau contribuţia mea, atunci se pare că nu am nimic de spus.

Dacă nu pot fi cu tine fără să mă folosesc de observaţiile tale pentru a mă autoevalua, atunci totul rămâne pradă nelămuririi. Dacă îmi ocup mintea doar cu ceea ce gândeşti despre mine, atunci te-am şi îndepărtat.29

Dincolo de simpla ascultare

S-a întâmplat vreodată să-i spui tovarăşului tău de viaţă: „Nu asculţi", numai pentru a-l auzi răspunzând: „O, ba da, ascult", ca apoi să-i ceri să repete ultima propoziţie? Dacă da, atunci trebuie să

recunoşti că una este să *auzi* şi altceva este să *asculţi.* Dr. Norman Wright descrie această diferenţă.

A auzi este, în esenţă, a dobândi un conţinut sau o informaţie utile unui scop personal. A asculta înseamnă să porţi grija persoanei care vorbeşte, să participi la trăirile sale sufleteşti… Când auzi, înseamnă că eşti interesat de ceea ce se întâmplă în forul tău interior pe parcursul conversaţiei.
Când asculţi, înseamnă că încerci să înţelegi sentimentele celeilalte persoane, aşa încât o asculţi în interesul ei.30

Conceptul biblic de auzire nu se referă numai la semnalul sonor; acesta are, de asemenea, sensul de „a acorda atenţie". Iar importanţa unei urechi care ascultă este confirmată încă o dată de sociologii George
Warheit şi Charles Holzer III, de la Universitatea din Florida.

[Ei] au efectuat un studiu care indică faptul că felul în care prietenii sau familia unui om îşi manifestă disponibilitatea faţă de el are înrâurire asupra vulnerabilităţii sale în faţa depresiei chiar mai mult decât numărul sau tipul experienţelor generatoare de tensiune suferite de acesta. Studiul a arătat că oamenii, chiar şi atunci când sunt supuşi unei tensiuni semnificative, reuşesc să-i facă faţă mai bine dacă interacţionează îndeaproape cu oamenii.
După cum probabil bănuiţi, această cercetare a demonstrat că persoanele necăsătorite sunt cele mai expuse depresiei.31

Există mai multe niveluri de ascultare. Iar Dr. Augsburger descrie fiecare nivel al sentimentului de *grijă,* în cartea sa, *Caring Enough to*
Hear and Be Heard:

Cineva poate asculta fapte, date, detalii, pentru a le folosi în scopuri proprii sau pentru a se referi la ele cu alte intenţii, astfel că nu poartă grija nimănui.

Sau poate asculta cu o compasiune născută din milă. A te hrăni din propria milă înseamnă a-ţi alimenta trufia pe seama suferinţelor celorlalţi. A-ţi manifesta grija pornind de la milă este cu totul altceva. Simpla compasiune poate să nu aibă nicio legătură cu grija.

Sau poate asculta cum altcineva vorbeşte de rău o persoană absentă, astfel încât, stând să asculte, accentuează supărarea şi distanţa dintre cei doi, dând astfel impresia că a bârfi despre cei absenţi este o conversaţie utilă. În niciun caz nu este vorba de grijă.

Sau poate asculta cu indiferenţă ori din obligaţie, dintr-un obicei profesional sau, pur şi simplu, fiindcă este o persoană prietenoasă, fără să-i pese cu adevărat de celălalt. A-ţi păsa de cineva înseamnă mai mult decât a-ţi pleca urechea. În cele din urmă, obişnuinţa de a asculta nu reprezintă o manifestare a grijii.

Sau poate asculta cu excesivă preocupare, cu o curiozitate de voyeur care cercetează pe ascuns zonele intime ale cuiva.

A-ţi păsa înseamnă mai mult decât a ţine ochii deschişi.

Ochiul sau urechea avide pot fi cu totul nepăsătoare.

Sau poate asculta „cu folos”, ca un salvator, pregătit pentru a oferi primul ajutor, aducând sprijin, înţelegere, cuvinte liniştitoare, de fiecare dată când cel care vorbeşte îşi trage suflarea. A-ţi păsa de cineva înseamnă a ajuta, dar şi a şti să te abţii de la acest lucru. A-ţi oferi ajutorul în permanenţă poate avea consecinţe chiar dăunătoare.

Cu toate acestea, a-ţi păsa de cineva aduce câte puţin cu toate cele înşiruite mai sus. Atenţia trează la ceea ce se spune, participarea sinceră la sentimentele celuilalt, bunăvoinţa de a sta lângă celălalt atunci când spune lucruri exagerate sub imperiul suferinţei, o neutralitate în măsură să îngăduie o privire obiectivă, disponibilitatea de a-l percepe pe celălalt aşa cum este el, angajamentul de a oferi ajutor atunci când se iveşte momentul potrivit – toate acestea sunt ingrediente ale sentimentului de grijă, însă fiecare dintre ele se definesc şi se armonizează în raport cu elementul central al atitudinii implicate.32

Pe de altă parte, atunci când cineva nu reuşeşte să-l asculte pe partenerul său, acest lucru nu duce întotdeauna la tăcere. În multe cazuri, se ajunge la un exces de cuvinte. Joyce Landorf explică de ce unii oameni devin guralivi compulsivi. Ea îi întreabă pe bărbaţii ale căror neveste vorbesc întruna:

Întotdeauna a fost aşa, chiar şi înainte de a vă căsători? Ori poate că a ajuns să fie astfel odată cu trecerea timpului? Unele femei vorbesc din momentul în care se nasc şi, de atunci încolo, fiecare clipă a vieţii lor aduce cu ea un şuvoi neîntrerupt, însă altele ajung să vorbească fără încetare din alte motive.

Adeseori, un guraliv compulsiv strigă efectiv, pentru a se face auzit de cineva. Cu cât pari mai plictisit, cu cât căşti mai mult şi te uiţi la câine sau la televizor, cu atât vorbeşte

ea mai mult. Vorbeşte mai ales pentru a avea o compensaţie. Probabil că ai încetat demult să o mai asculţi, iar ea ştie cel mai bine acest lucru.

Acesta să fie şi cazul tău? Când ai întrebat-o ultima dată pe soţia ta: „Ce părere ai despre…?" şi/sau: „Ce s-a întâmplat astăzi pe-acasă?" S-a întâmplat vreodată să reacţionezi la părerile ei cu un: „Poate că ai dreptate, iubi"? Atunci când soţia ta simte că nu eşti dispus să o asculţi, are două posibilităţi: să vorbească mai tare şi să spună mai multe;
sau să vorbească mai puţin şi să se retragă în sine. Ambele situaţii pot aduce necazuri într-o căsnicie.33

Este imperios necesar să recunoaştem că întotdeauna comunicăm într-un fel sau altul. Aşa că secretul este să o facem în mod eficace, într-un mod care să creeze premisa unui mediu pătruns de o profundă intimitate şi vulnerabilitate. Dar înainte de a căuta modalităţile prin care să ne îmbunătăţim capacitatea de a asculta, să aruncăm o privire asupra celeilalte faţete a comunicării reale.

A vorbi – mai mult sau mai puţin

Vorbirea este a doua componentă a comunicării. Majoritatea oamenilor au nevoie să îşi îmbunătăţească unul sau altul din cele două aspecte – ascultarea sau vorbirea. Dar mai există şi cei care, ca şi mine, au nevoie să-şi dezvolte ambele domenii ca urmare a particularităţilor de abordare personală.

Lui Dottie îi face plăcere să ofere detalii atunci când vorbeşte şi are nevoie de detalii atunci când ascultă. Eu nu. Eu caut imaginea de ansamblu. Ca atare, multă vreme a existat o anume frustrare în relaţia noastră, fiindcă nu izbuteam să-i înţeleg nevoia de a transmite amănunte atunci când comunică.

Într-o zi, Dottie îmi spune: „Iubitule, vorbeşti aiurea". I-am spus: „Vorbesc aşa de o viaţă întreagă!" A adăugat: „Ei bine, nu comunicăm". Am întrebat-o ce vrea să zică, iar ea mi-a răspuns că nu-i dau niciodată amănunte – nu află niciodată cu adevărat în ce fel s-a întâmplat un lucru.
Şi mi-a dat un exemplu. După o conferinţă importantă mă întreabă cum a decurs adunarea, iar eu îi răspund: „O, foarte bine", după care îmi îndrept atenţia spre altceva. Ea ştie că trebuie să fi fost ceva mai mult decât atât, şi tocmai acele amănunte doreşte să le audă.

Un alt prilej cu care a ieşit în evidenţă nevoia ei de detalii a fost atunci când o anunţam că s-a născut copilul unor prieteni de-ai noştri:

„Când?”, mă întreba. „Nu ştiu”, îi răspundeam. „Ce greutate a avut?” Din nou, nu ştiam. „Băiat sau fată?” „Habar n-am”, îi spuneam. „Ce nume i-au pus?”, mă întreba şi aşa mai departe. Eu eram mulţumit cu ce ştiam, dar în mod cert nu reuşeam să comunic aşa cum trebuie cu soţia mea.

„Gândeşte în detalii!” a devenit motto-ul meu. Am început să-mi scriu bileţele: „Josh, când discuţi cu perechea ta, trebuie să te foloseşti de detalii”. (Iar acest lucru a avut rezultate pozitive în relaţia noastră). Acum abia aştept să vorbesc cu soţia mea după ce se naşte copilul vreunui prieten. „Când?” „Marţea trecută”. „Ce greutate avea?” „Trei kilograme şi jumătate”. „Băiat sau fată?” „Băiat”. „Ce nume i-au pus?” „Jim” şi tot aşa. Acum *da,* îmi aduc aminte de lucruri care înainte mă plictiseau, iar acest lucru a îmbunătăţit comunicarea dintre noi în cadrul căsniciei, fiindcă sunt în stare să îi ofer lui Dottie amănuntele de care are nevoie – un important canal de comunicare în virtutea căruia dragostea mea îi devine evidentă.

La unii e vorba despre detalii. La alţii poate fi nevoia de a împărtăşi celuilalt ceea ce simt – de a le spune ceea ce se întâmplă în sufletul lor. Am avut, şi din acest punct de vedere, probleme. Îmi este uşor să vorbesc despre o mare varietate de subiecte, dar chiar şi acum, când ştiu cât de important este într-o relaţie să-ţi împărtăşeşti cele mai intime gânduri, încă îmi vine greu să fac acest lucru.

De aceea avem tendinţa să discutăm despre lucruri care în realitate nu prezintă importanţă – despre vreme, despre starea sănătăţii şi altele asemenea. Puţini dintre noi ne destăinuim cu dragă inimă, în privinţa ideilor sau opiniilor pe care le nutrim faţă de ceilalţi, atunci când vine vorba de gândurile şi sentimentele noastre cele mai intime. Şi totuşi, apropierea pe care acest fel de comunicare o aduce cu sine este absolut crucială pentru ne putea bucura de o relaţie de dragoste şi de căsnicie sănătoasă.

Poate că te întrebi: „Cum pot deveni mai comunicativ? Un ascultător mai bun? Un vorbitor mai bun?

Întoarce pagina.

Subiecte de meditaţie

Care sunt acele expresii care descriu ceea ce simţi faţă de partenerul tău?

9 Ce fel de ascultător eşti? Roagă-l pe partenerul tău să descrie modul în care asculţi.

— Când îţi vei lua răgazul necesar, împreună cu tovarăşul tău de viaţă, pentru a obţine o comunicare mai bună între voi?

Deveni mai comunicativ

Ajungând aici, s-ar putea să spui: „Hei, ştiu că am o problemă. Spune-mi ce pot să fac în legătură cu ea. Cum pot pune bazele unei relaţii mai profunde de dragoste printr-o comunicare mai bună?”

De-a lungul anilor, în efortul meu de a deveni un om mai comunicativ m-am sprijinit pe unsprezece principii. Nu am pretenţia să le memorezi sau să ajungi să le poţi aplica imediat. Însă probabil vei simţi nevoia să citeşti de mai multe ori acest capitol sau chiar să transcrii aceste principii pe o foaie de hârtie pe care să o poţi atârna deasupra biroului sau a chiuvetei.

Dacă eşti singur, principiile care urmează a fi expuse te vor ajuta să îţi îmbunătăţeşti stilul propriu de comunicare în cercul tău de prieteni.

Dacă ai o prietenă sau un prieten, vei dori să le pui în aplicare imediat.

În privinţa acelora dintre voi care sunteţi căsătoriţi, aceste principii pot aduce îmbunătăţiri spectaculoase în comunicarea cu partenerul de viaţă şi copiii. Cele mai multe căsnicii nu depăşesc nivelul de comunicare dintre doi parteneri de viaţă, în ce priveşte intimitatea – iar aceasta, bineînţeles, depinde de gradul în care simţi nevoia de sinceritate şi de comunicare prin cuvinte. Poate că eşti părinte, şi atunci aplicarea concretă a acestor principii va reduce numărul situaţiilor în care ţi se reproşează: „Nu mă asculţi” (probabil cel mai mare reproş pe care îl fac adolescenţii părinţilor lor).

Eşti gata să treci la acţiune? Iată cele unsprezece principii:

1. Fă eforturi.
2. Învaţă să faci compromisuri.
3. Încearcă să înţelegi.
4. Afirmă valoarea, demnitatea şi însemnătatea tovarăşului tău de viaţă.
5. Adoptă o atitudine pozitivă şi încurajatoare.
6. Respectă confidenţialitatea.
7. Alege momentul potrivit.
8. împărtăşeşte-ţi sentimentele.
9. Evită să citeşti gândurile.
10. Reacţionează.
11. Fii sincer.

Acum că au fost scrise, să vedem ce efect au ele în viaţa de zi cu zi.

Dottie mă va însoţi din nou, astfel încât îţi vei da seama în ce fel am decis să punem noi înşine în aplicare aceste principii.

1. Fă eforturi

A te comporta în mod natural este, poate, motto-ul multora în societatea noastră, dar a deveni o persoană mai comunicativă nu este un lucru care se întâmplă de la sine. Toţi suntem corupţi de egocentrismul propriilor noastre vieţi, aşa încât este nevoie de un efort considerabil, bazat pe un angajament solid, pentru a ajunge la o comunicare mai bună. Dumnezeu nu roteşte nicio baghetă magică deasupra noastră, atunci când intrăm într-o relaţie personală cu El. Dimpotrivă, ne respectă voinţa şi dorinţa, iar apoi ne ajută să ajungem la un liman îndată ce am hotărât să devenim activi.

După cum văd eu lucrurile, dacă vrei să se ştie că eşti rănit, trebuie să sângerezi. Alături de Dottie, am început să renunţ la obiceiurile mele pentru a o asculta şi pentru a o face să înţeleagă că eram cu adevărat interesat de lucrurile importante pentru ea. Acest lucru nu a venit de la sine – am fost nevoit să fac eforturi.

Unul dintre obiceiurile mele era să citesc ziarul la micul dejun. Am continuat să fac acest lucru şi la începutul căsătoriei noastre. Când Dottie însă mi-a amintit că masa de dimineaţă este o ocazie foarte bună de a discuta, am renunţat. Nu-mi aduc aminte ca în ultimii zece ani ai căsniciei noastre să mai fi citit vreodată ziarul la micul dejun. Am învăţat să-mi spun o dată ce mă îndrept spre masă: „Ai grijă, Josh, nu uita. Urmează să asculţi ceea ce soţia ta are de spus”.

Când Dottie intra în biroul meu, obişnuiam să-i spun: „Iubito, nu pot acum. Sunt ocupat”. Însă a face din comunicarea cu ea o prioritate presupune o altă atitudine. Acum, când vine la mine, indiferent ce aş face, mă opresc, mă întorc spre ea şi îmi dau toată silinţa să mă concentrez la ce spune. Pentru a deprinde acest obicei, a fost nevoie inclusiv să-mi spun mie însumi: „Voi *auzi tot* ceea ce îmi va spune soţia mea şi voi reacţiona la tot ce spune”.

Pe drum fiind, am tendinţa de a fi foarte calculat în privinţa telefoanelor pe care le dau acasă. Mi-am dat însă seama că situaţia celui rămas acasă este chiar mai dificilă decât a celui aflat în călătorie. Se poate ca Dottie să fi aşteptat toată ziua pentru a-mi spune ceva –

vreun eveniment despre care simţea nevoia să vorbească – iar eu îi spuneam: „Este interurban. Îmi spui când mă întorc”.

Acest răspuns îi înăbuşea pornirea de a fi deschisă şi comunicativă.

Aşa că a trebuit să învăţ să mă pregătesc, spunându-mi: „Josh, când

Dottie îţi răspunde la telefon, vei lăsa mai întâi deoparte problemele privitoare la afaceri. O vei întreba: Ce s-a mai întâmplat astăzi?”, iar apoi vei asculta atent în timp ce ea îşi va expune punctele de vedere şi va vorbi despre necazurile sale”. Mă costă mai mult acum telefonul, dar aceşti bani sunt cea mai bună investiţie pe care am făcut-o vreodată.

Într-o zi, când am intrat pe uşă, întors dintr-o călătorie, Dottie şi-a încolăcit braţele în jurul meu şi mi-a spus: „Iubitule, îţi mulţumesc atât de mult!” „Pentru ce?”, am întrebat. „Pentru că mă asculţi”, mi-a spus.

Realmente mă concentrasem să ascult, iar acest lucru şi-a vădit efectele benefice asupra tuturor aspectelor relaţiei noastre. Dottie *ştie* acum că tot ceea ce are ea de spus este important pentru mine.

Dacă vrei să devii o persoană demnă de căsătorie, printre altele, trebuie să îţi dezvolţi calitatea de a fi un bun ascultător, iar acest lucru necesită efort. Aş fi vrut să primesc un astfel de sfat cu ani în urmă.

2. Învaţă să faci compromisuri într-o relaţie sănătoasă, căsnicia presupune deopotrivă a oferi şi a primi, mai ales atunci când sunt implicate stiluri diferite de comunicare. Fiecare persoană are nevoie de libertatea de a fi el însuşi sau ea însăşi, şi în acelaşi timp de a se adapta nevoilor celuilalt. Un anume stil de comunicare nu este în mod necesar mai bun decât altul. Doar că oamenii sunt diferiţi atunci când e vorba de nevoile pe care le resimt în comunicare, iar cineva care are talentul de a comunica ştie când să lase de la el.

Aşa cum am spus mai sus, Dottie şi cu mine ne aflăm la poluri opuse în ce priveşte nevoia de a împărtăşi amănuntele. Te regăseşti, probabil, în frustrarea care se naşte, astfel, în repetate rânduri. După cum spune

Dottie: „Lui Josh îi place să treacă direct la subiect. Îi place să afle faptele concrete. El urmăreşte esenţa. Mi s-a spus că am o aplecare către dramatism. Eu cred, în virtutea personalităţii mele, că o relatare ar trebui să fie o operă de artă – ca şi când ai picta un tablou. Nu te apropii de un şevalet cu o bidinea. Aplici detaliile pe rând. Aşa că,

atunci când povestesc ceva, nu încerc dinadins să fiu dramatică. Mă gândesc doar că trebuie să descrii condiţiile în care se desfăşoară întâmplarea, trebuie să găseşti un anumit ton şi să transmiţi o anumită atmosferă.

La începutul căsătoriei mele cu Josh m-am gândit că stilul meu de a comunica îl va sui pe soţul meu pe pereţi. Limbajul trupului său aducea cu un strigăt: Treci o dată la subiect!”. În cele din urmă mă întreba: Ce vrei să spui, de fapt?”. Iar eu îi răspundeam: Uite ce e, va trebui s-o asculţi spusă în felul meu. Este povestea mea’. În final, şi-a dat seama că amănuntele unei asemenea relatări sunt foarte importante pentru mine.

Mi-am dat, totodată, seama de rolul esenţial al compromisului într-o căsnicie. Cred că acum amândoi ne străduim să întâmpinăm nevoile celuilalt. El încearcă să-şi amintească detalii cât mai multe şi să fie răbdător cu mine atunci când îi aduc în atenţie anumite amănunte. La rândul meu, încerc să-l cruţ de chinul de a zăbovi asupra unor informaţii care nu sunt la obiect. Încerc să fac un rezumat a ceea ce vreau să spun, fără dramatizare, să renunţ la exprimarea emoţiilor şi să ajung la esenţial.

Avem, într-adevăr, două stiluri foarte diferite de comunicare, dar împreună suntem mai puternici. Înclinaţia unuia caută să se echilibreze cu a celuilalt.

Am învăţat să mă adaptez, asemenea lui Josh, de altfel. Am dobândit perspective mai largi şi cred că acesta este unul dintre cele mai importante aspecte când e vorba despre doi oameni care vor să se căsătorească.

Acţionează diferit; văd lucrurile diferit; comunică în mod diferit.

Perioada în care am fost însărcinată cu cel de-al treilea copil al nostru, Katie, este un bun exemplu. După ce i-am născut pe Kelly şi pe Sean, amândoi ne doream încă un copil, dar am rămas însărcinată cu Katie puţin mai devreme decât ne aşteptam. Josh era plecat când am avut prima bănuială. Ştiam că va fi încântat, dar nu am vrut să adaug un motiv de nelinişte programului de conferinţe şi aşa incredibil de încărcat pe care îl avea la acea vreme.

Aşa încât am decis să aştept până ce lucrurile se vor confirma, în loc să-l
sun numaidecât. Aveam să păstrez tăcerea vreme de câteva zile.

Pentru a-i da vestea lui Josh, am scris o poezie foarte drăguţă în

care-i spuneam, pe ocolite, că eram însărcinată. Am scris-o în aşa fel încât trebuia ascultată până la ultimul vers pentru a-şi putea da seama unde duce şi că era vorba despre noi.

În acea perioadă locuiam în Texas şi încă ne ocupam cu achiziţionarea şi vânzarea de antichităţi. Josh era în California, iar eu s-a întâmplat să-l sun în San Bernardino chiar cu cinci minute înainte de a începe vânzarea unui important obiect de artă antic. I-am spus: Trebuie să-ţi vorbesc, iar el mi-a răspuns: OK, e în regulă, dar nu am prea mult timp la dispoziţie. Imediat vor deschide uşa şi sunt cinci sute de oameni care mă aşteaptă. I-am spus că vreau să-i citesc ceva, iar el a fost de acord să asculte, cu condiţia să citesc repede.

Am început să citesc poezia, dar m-a întrerupt la mijloc şi m-a întrebat:

Stai puţin, a cui e poezia asta?” I-am spus să tacă puţin şi să asculte.

De două ori a mai intervenit în timp ce citeam: Aşteaptă o clipă, despre ce vorbeşti? Cine va avea un copil?” Am insistat în continuare: Nu spune nimic. Trebuie să auzi poezia până la capăt.

În cele din urmă, la final, şi-a dat seama că îi transmiteam că *noi* vom avea un copil. Ei bine, Josh ar fi preferat să-i fi spus simplu: Sunt însărcinată. Vom avea un copil în iunie. Dar *eu* am simţit nevoia să o iau pe ocolite, să zugrăvesc acest tablou, să imprim această atmosferă şi să fac ca totul să fie interesant. Felul în care am pus problema l-a scos, efectiv, din minţi. (Cu toate că la sfârşit cred că s-a bucurat!) Acesta a fost modul meu de a comunica un fapt cu totul aparte şi n-aş fi putut renunţa la a fi eu însămi făcând-o. I-a fost greu timp de câteva minute, dar a stat să asculte, iar acest lucru a însemnat foarte mult pentru mine.

De multe ori mă adaptez structurii lui mentale şi comunic repede.

Alteori îi spun: Va trebui să mă asculţi până la capăt, fiindcă îţi voi povesti totul în felul meu!” Oferi şi primeşti, aşa trebuie să fie o căsnicie.

Este unul dintre aspectele care o face interesantă”.

3. Încearcă să înţelegi

S-a întâmplat vreodată să îţi dai întâlnire lângă o clădire anume, în centrul oraşului, pentru ca, după aceea, să stai să aştepţi degeaba, în timp ce prietena te căuta la celălalt capăt al străzii? Ai avut impresia că, între voi, comunicarea a fost foarte limpede, însă iată că, în ce o

priveşte, lucrurile s-au dovedit confuze.

Recent, nişte prieteni de-ai mei, soţ şi soţie, i-au condus pe părinţii ei la aeroportul din Los Angeles. Apropiindu-se de aeroport, prietenul meu a întrebat-o pe soţia sa: „Să-i las pe ai tăi la punctul de îmbarcare?”

Atent la trafic, a auzit-o spunând ceva despre parcare şi a crezut că preferă ca, mai întâi, să parcheze maşina.

În timp ce intrau, ea a început să arate către zonele de parcare de la diferitele terminale, aşa încât a considerat că nu e decât încă un indiciu al dorinţei femeii de a parca mai întâi. Însă în momentul în care s-a îndreptat cu maşina spre un loc de parcare, ea s-a revoltat.

„Acum trebuie să cărăm toate valizele astea grele până la terminal”, a izbucnit ea.

După câteva schimburi de replici, şi-a dat seama că ar fi fost mai bine să părăsească locul de parcare, să înconjoare şi să oprească la punctul de îmbarcare – să-i lase pe părinţi şi bagajele la biroul de verificare a biletelor, timp în care el să parcheze maşina. De-abia la ieşirea din aeroport a descoperit că parcarea la care se referise soţia sa, atunci când veniseră, fusese ultimul cuvânt dintr-o propoziţie: „După ce-i lăsăm pe ei, vom parca maşina”. Întrucât nu-şi luase răgazul de a înţelege Mesajul în totalitatea lui, i-a interpretat intenţiile întru totul eronat.

Există un mic afiş pe care-l văd frecvent pe pereţii unor birouri şi Pe care scrie: „Ştiu că aveţi impresia că înţelegeţi ceea ce credeţi că a>n spus. Dar nu sunt sigur că vă daţi seama de faptul că mesajul pe Care l-aţi auzit spune întocmai ceea ce am vrut să spun”. Unul dintre secretele comunicării şi al consolidării unei intimităţi din ce în ce mai profunde este să-ţi dai seama de faptul că interlocutorul nu doar că încearcă să înţeleagă, dar că îi pasă cu adevărat de tine. Acest sentiment va face ca amândoi să fiţi mai deschişi unul faţă de celălalt.

Pe de altă parte, atunci când simţi că omul de lângă tine nu vrea să te asculte, sau nu se străduieşte să te înţeleagă, tinzi să-ţi pierzi respectul de sine. În curând vei începe să te retragi în tine însuţi, fiindcă simţi că mesajul tău este privit ca un fapt lipsit de importanţă. Începi să simţi că nu eşti important, iar relaţia deviază într-o zonă periculoasă. Prejudecăţile sau aşteptările pesimiste se cuvin puse deoparte, pentru a nu denatura conversaţia. Trebuie să pornim de la

hotărârea de a-l asculta cu adevărat pe celălalt, oricare ar fi diferenţele de opinie sau dezacordurile.

Potrivit Dr. H. Norman Wright, „Acceptarea nu înseamnă că eşti de acord cu ceea ce se spune. Înseamnă, mai degrabă, faptul de a înţelege că mesajul partenerului tău este expresia a ceea ce el/ea simte”. El mai adaugă că
„Ascultarea însoţită de participare afectivă îţi oferă calea către celălalt; a dovedi în mod activ că-ţi pasă de ceea ce spune şi ceea ce vrea să spună”.34

Cel mai bun comentariu pe care l-am auzit la porunca lui Iisus, „iubeşte-ţi aproapele ca pe tine însuţi” (Matei 22: 39), îi aparţine lui David Augsburger:
„Să te iubesc pe tine ca pe mine însumi înseamnă să caut să te aud aşa cum şi eu vreau să fiu auzit şi să te înţeleg aşa cum şi eu îmi doresc să fiu înţeles”.35 Dacă fiecare persoană şi-ar face din această idee un motto pentru viaţa de cuplu, avocaţii care se ocupă de divorţuri ar da faliment.

„Comunicarea”, observă Richard Strauss, „este calea prin care învăţăm să îl cunoaştem şi să îl înţelegem pe tovarăşul nostru de viaţă.
Dumnezeu însă îl cunoaşte pe partenerul nostru de viaţă, El l-a creat.
Să-l rugăm să deschidă canalele noastre de comunicare interpersonală şi să ne dea puterea de înţelegere pe care o are El, astfel încât căsnicia noastră că se poate desăvârşi pe zi ce trece”.36

4. Afirmă valoarea, demnitatea şi însemnătatea tovarăşului tău de viaţă

Fiecare om resimte o imensă nevoie de a fi auzit, de a se face *ascultat.*
Simplul fapt de a asculta denotă un sentiment al preţuirii, respectului, dragostei şi demnităţii. Îi îngădui celui ascultat să se simtă important.
O relaţie nu va trece, în mod normal, dincolo de nivelul comunicării reciproce şi al respectului pe care şi-l arată doi oameni unul altuia, încearcă întotdeauna să scoţi în evidenţă chipul lui Hristos.

George şi Nikki Koehler explică de ce e necesar să ne arătăm preţuirea şi respectul printr-o ascultare atentă:

Atunci când ascultăm o altă persoană, îi comunicăm acesteia următorul gând: „Îmi trezeşti interesul, ca persoană, şi sunt încredinţat că modul în care gândeşti este important, îţi respect opiniile, chiar dacă nu sunt de acord cu ele. Ştiu că, în ce te priveşte, ele sunt valabile.

Am certitudinea că ai ceva nou de adus. Nu încerc să te schimb sau să te judec.
Vreau doar să te înţeleg. Cred că meriţi să fii ascultat şi vreau să ştii că sunt genul de om cu care poţi vorbi”.37

O persoană cu un insuficient sau nesănătos respect faţă de sine nu simte că ar avea ceva valoros de spus. O astfel de persoană se va feri de comunicarea transparentă, temându-se de o posibilă respingere. Dottie îmi spune că dragostea şi respectul pe care le nutresc faţă de ea se vădesc în aprecierile mele cu privire la modul ei de gândire.

„Îmi spune întotdeauna că am o gândire rapidă şi că sunt inteligentă, fapt care, venind din partea lui Josh, este un adevărat compliment, fiindcă îl consider un om extraordinar.

Alt mod în care şi-a manifestat dragostea a fost să mă înlocuiască la şcoala elementară, unde sunt implicată într-o activitate voluntară.
Misiunea mea este aceea de a-i ajuta pe copii la orele de citire. Anul trecut însă dintr-un motiv sau altul, am fost nevoită să găsesc, în câteva rânduri, pe cineva care să mă înlocuiască. Aşa că s-a dus Josh să-i înveţe pe cei din clasa a doua să citească. A fost încă un gest prin care îmi declara: Mă interesează ceea ce faci, te iubesc şi vreau să te ajut.

De asemenea, Josh îmi spune tot timpul cât de mult mă iubeşte şi mă respectă, lucruri pe care le confirmă prin vorbele şi gesturile sale.
Îmi cere părerea atunci când pregăteşte o carte, un film sau o prelegere.
Este întotdeauna receptiv la opiniile mele şi nu le ascultă doar în treacăt, îi place să afle ce cred eu despre anumite lucruri şi pune preţ pe ceea ce am de zis. Atunci când exprim o părere despre un anume lucru, fie şi numai intuitiv, mă ascultă cu seriozitate. Tot ceea ce face îmi transmite faptul că se gândeşte la mine ca la o persoană deosebită”.

Te asigur că un asemenea comportament nu-mi este, în mod „natural”, specific. El este „rodul” actului de voinţă în urma căruia am fost dispus să fac efortul de a o înţelege pe Dottie.

Adoptă o atitudine pozitivă şi încurajatoare

O atitudine pozitivă contribuie în mod real la instituirea comunicării.

ta face ca relaţia cu partenerul să devină transparentă, în vreme

ce observaţiile critice nu constituie decât un obstacol în calea unei relaţii sănătoase. Doi oameni cu un spirit precumpănitor critic pot comunica, dar nu la modul benefic. Avem, din fire, tendinţa de a amplifica şi de a reţine aspectele negative.

Pe parcursul unei serii de prelegeri susţinute, timp de trei zile, la
Universitatea din Tennessee, am avut o întâlnire cu membrii Cruciadei în Campus şi cu unii dintre studenţii de bază implicaţi în această activitate. Făcându-şi apariţia, o studentă mi-a spus: „Eu nu mai împart fluturaşi. Toată lumea are o părere proastă despre adunările noastre. De dimineaţă am auzit numai lucruri negative”.

Am întrebat-o imediat: „Câţi oameni ţi-au făcut probleme? Douăzeci şi cinci?”

„Nu”.

„Zece?”

„Nu”.

„Au fost cinci?”, am întrebat.

A răspuns din nou: „Nu”.

Am descoperit că numai două persoane reacţionaseră negativ pe când împărţea cele două sau trei sute de fluturaşi. Toţi cei din încăpere, inclusiv ea, au înţeles că dăduse o notă exagerată aspectului negativ.

În comunicarea interpersonală, avem tendinţa de a reţine sau de a ne aminti doar aspectele negative ale unor conversaţii sau afirmaţii privitoare la noi înşine. Dacă s-au spus zece lucruri pozitive şi doar unul negativ, ecoul celui din urmă va răzbate mai curând din memorie. Într-o conversaţie, aprecierile laudative ar trebui să intervină într-o proporţie sănătoasă de 90% în raport cu obiecţiile.

Ai o atitudine pozitivă în comunicarea cu oamenii? Le va fi mult mai uşor acestora să se apropie de tine şi să-ţi împărtăşească propriile gânduri în condiţiile unei atitudini pozitive.

Apostolul Pavel ne-a oferit o excelentă îndrumare cu referire la lucrurile pe care trebuie să punem accent în atitudinea şi stilul nostru de viaţă, atunci când scria: „Încolo, fraţilor, tot ce este adevărat, tot ce este vrednic de cinste, tot ce este drept, tot ce este curat, tot ce este vrednic de iubit, tot ce este vrednic de primit, orice faptă bună şi orice laudă, acestea să vă însufleţească” (Filipeni 4: 8).

Adoptă o poziţie încurajatoare şi fă în aşa fel încât discuţia să

devină una pozitivă. Pune în balanţă afirmaţiile de mai jos şi sunt sigur că o vei recunoaşte pe cea în măsură să genereze mai degrabă o motivaţie pozitivă.

„Nu-mi mai aduci niciodată flori!”

„Cât de minunate au fost vremurile când încă îmi mai aduceai flori”.

Dottie mă încurajează permanent. Fie că sunt deprimat din pricina orarului prea încărcat, fie că văd lucrurile în negru ori mă încearcă pesimismul, ea îmi spune: „Eşti obosit, dragule, dar gândeşte-te la toţi oamenii pe care i-ai ajutat”.

Are grijă, aşadar, să scoată în evidenţă dimensiunea pozitivă.

6. Respectă confidenţialitatea

Ce câştig aduce în comunicare faptul că partenerul tău de viaţă ştie că eşti capabil să păstrezi un secret! Se creează, astfel, de la sine o mai mare disponibilitate de comunicare. Dacă oamenii te cunosc drept un clevetitor – unul care are obiceiul de a vorbi despre ceilalţi – nu faci decât să ridici de îndată o barieră în calea dorinţei celorlalţi de a-ţi destăinui lucruri personale, întrucât se vor teme ca nu cumva să aduci la cunoştinţa tuturor cele mai intime sentimente pe care le nutresc. Atunci când vorbesc, pentru a-mi ilustra punctul de vedere, dau exemple din viaţa mea personală, dar trebuie să fiu foarte atent la ceea ce dezvălui din relaţia mea cu Dottie. Dacă aş vorbi prea deschis despre aspectele intime ale relaţiei noastre, Dottie ar fi nevoită, inevitabil, să devină precaută şi defensivă.

O tânără, pe nume Joyce, mi-a solicitat sfatul în privinţa situaţiei în care se găsea cu prietenul ei, Wendel. Acesta dorea ca relaţia lor să devină mult mai serioasă, în vederea căsătoriei, şi îi cerea stăruitor lui Joyce să-i spună cât de legată se simte de el. Joyce nu era sigură de sentimentele ei.

A avut o discuţie prelungită cu Wendel, în care i-a destăinuit ezitarea ei de a face promisiuni cu privire la viitor, deoarece simţea că există anumite lucruri în viaţa ei personală pe care trebuia să le rezolve.

Wendel, frustrat, a vorbit cu o serie de alte persoane, căutând îndrumări (şi înţelegere). Doritor de sfaturi, a adus în discuţie câteva dintre lucrurile intime pe care i le încredinţase Joyce. Aflând de toate acestea, Joyce s-a închis în sine. Simţea că intimitatea îi fusese expusă şi era normal să întâmpine dificultăţi în a mai fi deschisă faţă de el.

Ştii să păstrezi un secret? Sau bârfeşti şi ai tendinţa de a le

spune celorlalţi câte un lucru „strict confidenţial”? Expunerea în public a problemelor personale năruie încrederea într-o căsătorie. Când unul dintre parteneri se simte trădat, data viitoare va fi mult mai greu să spună ce are pe suflet.

7. Alege momentul potrivit

„Un cuvânt spus la timpul potrivit este ca nişte mere de aur într-un coşuleţ de argint”, citim în Proverbe 25: 11. Iar Proverbe 15: 23 subscrie:
„Şi ce bun este un cuvânt spus la timpul potrivit!” într-o relaţie, calitatea dialogului va spori atunci când cuvântul potrivit va fi spus *la momentul potrivit.* Iar dragostea trebuie să-ţi arate în ce moment şi în ce loc se cuvine să dai o veste proastă sau să abordezi un subiect dificil.

Mama spunea întotdeauna că, atunci când trebuia să aducă la cunoştinţa tatălui meu un lucru delicat, hotăra să îl aşeze, mai întâi, la masă. A-i da o veste rea pe nemâncate era, după părerea mamei, o greşeală tactică. Ştia că, dacă avea să-i spună despre ce este vorba după ce mâncase, reacţia acestuia se va vădi mai moderată. În relaţia cu colegii de cameră, tovarăşul de viaţă, prietenii sau oricine altcineva, trebuie să fim atenţi nu doar la felul în care vorbim, ci şi la momentul în care spunem ceva anume. Glumele cu „vestea rea şi vestea bună” sunt amuzante tocmai fiindcă se bazează pe acest principiu.

De multe ori, în funcţie de situaţie, cel mai bine este să aştepţi până dimineaţă atunci când vrei să abordezi un subiect care ar putea provoca neînţelegeri. Acest lucru este adevărat mai ales atunci când partenerul a avut o zi grea. Dottie descrie modul în care socoteşte ea că trebuie să aleagă momentul: „Sunt o persoană foarte comunicativă – este un lucru important pentru mine. Şi întotdeauna mi-am dorit să am o relaţie în care să putem comunica despre orice şi în orice moment. Dar la începutul căsătoriei noastre am învăţat că dacă am ceva important să-i spun lui Josh – o problemă, ceva care-mi dă bătaie de cap sau orice alt subiect grav – trebuie să aleg cu atenţie nu numai modul, ci şi momentul în care o fac.

Sunt împrejurări când nu vrea să audă lucruri grave; cum ar fi cu zece minute înainte de a ţine o conferinţă (sau poate chiar în ziua respectivă). Dacă apare vreo problemă serioasă legată de copii sau dacă sufăr de ceva, deseori mă abţin pe moment. Când urmează să apară în faţa a 700 de oameni, nu trebuie să-i spun nimic care i-ar putea distrage gândurile, diminuându-i astfel randamentul, indiferent

cât de serioasă e problema pe care o am. Încerc, de asemenea, să evit discutarea unor probleme apăsătoare cu Josh înainte de culcare, conştientă fiind că acest fapt i-ar putea provoca insomnii. Are un mod de gândire extrem de activ. Aşa încât, dacă nu e absolut urgent, aştept până dimineaţă".

8. împărtăşeşte-ţi sentimentele

O anume vulnerabilitate, care să îngăduie împărtăşirea sentimentelor, a impresiilor lăuntrice, a durerilor sufleteşti şi a marilor bucurii, este esenţială unui climat sănătos de intimitate şi apropiere. Învaţă să spui *ceea ce simţi,* în timpul unei conversaţii, şi, totodată, *ceea ce gândeşti.* Dacă, într-o asemenea discuţie, se pot ivi controverse pe marginea anumitor gânduri sau idei, sentimentele nu constituie subiecte de dezbatere.

Acestea nu pot fi decât acceptate. Aşadar, a ajunge să ne înţelegem unul altuia emoţiile deschide calea către intimitatea psihologică. Atunci când nu există o comunicare sistematică a sentimentelor în interiorul unui cuplu, cei doi nu se vor îmbogăţi cu nimic din comoara pe care o reprezintă dragostea şi intimitatea.

Soţii Blood, ambii terapeuţi şi coautori ai lucrării *Marriage,* propun următoarea analiză a cuplului care evită confruntările: „Suprimându-şi sentimentele ostile şi evitând aducerea la lumină a conflictelor, vor ajunge de cele mai multe ori să acumuleze resentimente, frustrări, nemulţumiri profunde. Refularea creează premisele unor viitoare gesturi violente, însingurări, depresii şi chiar îmbolnăviri (ulcer sau astm, de exemplu). A suferi în tăcere, ne avertizează soţii Blood, impietează asupra încrederii, intimităţii şi consolidării relaţiei".38

„Căsnicia este menită a fi o relaţie intimă clădită pe înţelegerea reciprocă între soţ şi soţie", scrie psihologul în probleme maritale şi de familie, Dr. J. Allan Petersen. „Pentru ca această comuniune afectivă să aibă loc, conversaţia trebuie să depăşească nivelul discuţiilor despre casă şi copii, astfel încât să cuprindă împărtăşirea gândurilor şi sentimentelor ce însoţesc experienţele de zi cu zi".39 Se întâmplă, de atâtea ori, să vorbim numai despre lucrurile comune – refuzând să aducem în discuţie cele mai adânci sentimente pe care le nutrim. Însă capacitatea de a împărtăşi lucruri intime este hotărâtoare în cazul unei căsnicii ce se vrea împlinită în iubire.

Căile de comunicare trebuie să rămână deschise, mai cu seamă la nivel afectiv. Acest fapt presupune, de ambele părţi, asentimentul

...de a împărtăşi sentimentele negative atunci când ele se ivesc, fără înverşunare, dacă se poate. Aţi putea spune, spre exemplu: „Dragă, ai făcut un lucru care mă supără, şi nu vreau să am resentimente faţă de tine. Dacă îţi spun despre ce este vorba, mă vei ajuta să înţeleg din ce pricină resimt o asemenea ostilitate?" Abordarea s-ar putea să nu fie întotdeauna eficientă, însă rezultatul este, deseori, cel scontat. Principiul constă în a nu vă înăbuşi ori ascunde sentimentele negative (care, vrând-nevrând, survin nu de puţine ori) unul faţă de celălalt, ci să le aduceţi la lumină, pentru a le putea înţelege. Dacă toate cuplurile căsătorite ar învăţa să facă acest lucru, majoritatea consilierilor maritali ar rămâne fără slujbă.40

Bărbaţii privesc, adesea, împărtăşirea emoţiilor şi a sentimentelor ca pe un semn de slăbiciune. Ei sunt de părere că a plânge şi a admite că au greşit nu este suficient de „macho". Bărbaţii sunt înclinaţi mai mult spre latura intelectuală şi spre argumentele raţionale decât înspre sentimente. Wright descrie situaţia neplăcută în care se află, uneori, bărbaţii atunci când „le vine greu să vorbească despre eşecurile, neliniştile şi dezamăgirile de care au parte. O marcă a atitudinii virile se regăseşte în declaraţii precum: Mă descurc şi singur. Nu am nevoie de ajutor.

Din păcate, acest lucru conduce la incapacitatea de a spune ajută-mă atunci când persoana în cauză are nevoie disperată de ajutor".41

9. Evită citirea gândurilor

Avertisment: Nu lua ca de la sine înţeles faptul că partenerul tău îţi înţelege gesturile, tonul vocii sau limbajul trupului. Nu se ajunge niciunde într-o relaţie atunci când fiecare îşi închipuie că omul de lângă el ştie tot ceea ce gândeşte, simte sau doreşte să realizeze celălalt.

Citirea gândurilor rareori funcţionează şi niciodată în mod consecvent. Nu-l poţi face răspunzător pe tovarăşul tău de viaţă pentru felul în care reacţionează la durerile, nevoile sau sentimentele tale de bucurie sau recunoştinţă, câtă vreme nu le-ai exprimat verbal. Toată lumea trebuie să rostească cu voce tare ce are de spus!

„Îmi asum întreaga vină pentru un conflict cu Josh în timpul lunii noastre de miere", recunoaşte Dottie. „Eram în Mexic şi conduceam spre Acapulco, ceea ce ne-a ţinut în maşină preţ de câteva

ore. De curând căsătorită fiind, mă gândeam: *Sunt soţia acestui bărbat şi, totuşi, cât de puţin mă cunoaşte. Ba chiar am prietene care ştiu mai multe despre mine decât propriul meu soţ! Dacă urmează să trăim împreună, ar trebui să ştie totul în ce mă priveşte.* (Nu mi-a trecut prin minte că aveam în faţă o întreagă viaţă pentru a ne cunoaşte.) M-am gândit, aşadar, că ar fi mai bine să-i dezvălui tot ce ţine de modul în care văd eu lucrurile, astfel încât să-şi poată cunoaşte cu adevărat soţia.

Perioada scursă între prima noastră întâlnire şi căsătorie nu depăşise cu mult şase luni, aşa încât ştiam că erau multe lucruri pe care, în răstimpul scurt cât ieşiserăm împreună, nu apucasem încă să i le spun lui Josh. Simţeam nevoia de a-i împărtăşi totul, aşa că am început să vorbesc fără întrerupere, în vreme ce Josh dădea atenţie indicatoarelor rutiere şi cerceta hărţile. Spusele mele păreau să nu provoace însă nicio reacţie. Alteori, îmi răspundea: Hm. Ce să zic, interesant'. Şi cu cât îi vorbeam mai mult, cu atât se arăta mai puţin interesat – avea alte preocupări. Simţeam cum mă năpădeşte furia, însă nu ştiam cum să-i spun: Mă jigneşte faptul că nu te văd interesat. Am presupus, pur şi simplu, că, din moment ce îi vorbeam, ar fi trebuit să mă asculte, aşa că, profund nemulţumită, am renunţat.

Cu fiece secundă petrecută în linişte, o nemulţumire apăsătoare punea din ce în ce mai mult stăpânire pe mine. Mă deranja mai ales faptul că rămăsese pe mai departe cu gândul în altă parte, cu totul indiferent la ceea ce se întâmpla în mintea mea. Josh are o capacitate extraordinară de concentrare şi se poate gândi la mai multe lucruri deodată, izolându-se faţă de tot ce-l înconjoară. Însă, la începuturile noastre, nu aveam cum să înţeleg acest lucru şi mă aşteptam să-mi acorde, necondiţionat, atenţie atunci când îi vorbeam.

Când am ajuns la Acapulco, vedeam roşu în faţa ochilor. Am coborât din maşină şi i-am spus că mai am puţin şi explodez. De ce?", m-a întrebat. I-am răspuns: Fiindcă nu mi-ai adresat niciun cuvânt tot drumul!" Bietul Josh nu avea nici cea mai vagă idee că simţisem nevoia să-i vorbesc sau în legătură cu motivul supărării mele, dat fiind că în stadiul în care se afla relaţia noastră la acea vreme mă vădeam cu totul nepricepută în a-mi comunica sentimentele.

Era atâta de nedumerit de întreaga situaţie, încât l-am descumpănit, aşa că o vreme am clocotit de mânie amândoi unul împotriva celuilalt. În cele din urmă, el a fost cel care a făcut primul

pas, cerându-şi iertare pentru că nu-mi răspunsese şi recunoscând că a fost insensibil, şi că îi părea foarte rău. Ceea ce m-a făcut să regret că-mi pierdusem într-atât cumpătul.

Aceasta a fost prima noastră ceartă mai serioasă, dându-mi o idee cu privire la cât e de important să-ţi exprimi sentimentele şi gândurile prin cuvinte. Trebuie să-ţi exteriorizezi adevăratele sentimente şi să te confrunţi cu ele, nu să le înăbuşi înăuntrul tău. Revenind asupra întregului incident şi retrăindu-ne simţămintele, am reuşit să ne înţelegem unul pe altul mai bine şi să transformăm această experienţă într-o învăţătură folositoare”.

Evită să faci presupoziţii riscante. Când prietenul sau tovarăşul tău de viaţă te jigneşte într-un fel sau altul, atrage-i atenţia. Nu te rezuma doar la a presupune sau a spera că îşi va da seama despre ce e vorba şi că va face primul pas. Toate relaţiile ar deveni mai armonioase şi mai profunde dacă, în loc să presupunem, am comunica ceea ce simţim. Dacă nu-mi spune despre ce este vorba, gândurile lui Dottie îmi rămân deseori necunoscute, întrucât nu izbutesc să-i desluşesc limbajul corporal (şi încă am dificultăţi în a-i citi gândurile). Iar atunci când nu sunt dispus să ascult, nici ea nu este îndeobşte dispusă să-mi vorbească. Câtă vreme nu fac un efort să mă schimb, nici ea nu găseşte vreo motivaţie de a se schimba.

Iată cum descrie Leo Buscaglia pericolul pe care îl implică reprimarea sentimentelor: „O refulare îndelungată, mai cu seamă a sentimentelor negative, conduce, fără îndoială, la o izbucnire, în cele din urmă; ele **vor** ieşi, inevitabil, la iveală într-un moment nepotrivit. Ca efect al unei astfel de acumulări, se întâmplă ca întreaga furie să se reverse, de obicei, asupra unei persoane nevinovate, din pricina vreunui gest neînsemnat”.42

Dottie relatează că, la începuturile căsniciei noastre, i s-a întâmplat, în diferite ocazii, să nu-şi poată exprima frustrarea în legătură cu aparenta mea insensibilitate. Ea explică: „Pot intra într-o încăpere, dându-mi seama, intuitiv, dacă vreunul dintre cei prezenţi are un necaz – pot vedea asta în ochii persoanei respective. Lui Josh, dimpotrivă, rareori i se întâmplă să simtă acest lucru. Dar dacă îi spui că ai o problemă, înainte de a pleca, îţi va sugera o soluţie. Tot ceea ce trebuie să fac este să-i spun că am un necaz, iar el se va arăta cât se poate de înţelegător. Dat fiind că, în ce mă priveşte, îi recunosc de îndată pe cei care au nevoie de compasiune ori încurajare, mă aştept

ca, la rândul lor, oamenii să-mi înţeleagă dintr-o privire sentimentele.

S-a întâmplat, într-o zi, să mă simt jignită din cauza impresiei insensibilităţii sale faţă de mine. Josh vorbea în cadrul unei dezbateri publice, împărtăşindu-le oamenilor cuvântul Evangheliei – calm, coerent, perfect stăpân pe sine, în vreme ce oponenţii îi aruncau insulte şi acuzaţii.

Mă aflam undeva în spatele acelei imense mulţimi de oameni, când am înţeles că dacă ar fi fost la fel de sensibil şi de receptiv la dispoziţiile sufleteşti ale fiecărui individ, aşa cum am eu înclinaţia să fiu, nu ar fi putut face niciodată ceea ce făcea în acel moment. Nu-şi poate îngădui să se simtă lezat ori de câte ori cineva spune minciuni despre el sau îl insultă. De aceea, într-un anume sens, Dumnezeu l-a înzestrat cu un mecanism de apărare atunci când l-a făcut mai puţin sensibil. Empatia mea se manifestă în raport cu individualităţile, pe când el rezonează cu mulţimile, iar Dumnezeu mi-a arătat foarte limpede cât de bine ne completăm reciproc şi cât de puternici suntem împreună.

Trebuie să treacă o vreme, după căsătorie, pentru a putea înţelege ce fel de om este tovarăşul tău de viaţă şi în ce fel l-a plăsmuit Dumnezeu.

Trebuie să înveţi că particularităţile tale unice nu sunt mai bune sau mai rele decât ale partenerului tău, ci doar diferite. Problema consta în faptul că îmi era oarecum teamă să-i atrag lui Josh atenţia atunci când acţiona altfel decât mă aşteptasem. Îmi doream să realizeze de la sine acest fapt.

Şi, de curând măritată fiind, aveam impresia că toată vraja s-ar fi risipit în condiţiile în care el s-ar fi schimbat doar dacă l-aş fi atenţionat.

De exemplu, am hotărât chiar de la început că toate bunurile familiei vor fi tratate ca fiind ale noastre, lucru care, iniţial, nu a fost uşor. Aveam o maşină, un mic Maverick nou-nouţ, pe care îl cumpărasem şi pe care mă gândeam că Josh îl va îngriji întocmai cu făcuse, la rândul său, tatăl meu.

Copil fiind, mi-a plăcut enorm şi am respectat felul în care tatăl meu îşi păstra maşinile curate ca lacrima – fără urme de degete pe parbriz, fără mizerie pe podea şi cu câte o spălare completă în fiecare duminică.

Josh privea maşina doar ca pe un mijloc de transport. Nu este un tip dezordonat, însă putea să lase, fără să-i pese, o cutie goală de Coca-Cola pe podeaua maşinii şi nici nu-i intra în obicei să spele maşina în fiecare sâmbătă.

La câteva săptămâni după luna noastră de miere, mă nedumerea faptul că nu venise niciodată cu propunerea de a spăla maşina. Am crezut întotdeauna că acest aspect este de competenţa bărbaţilor. Consideram că face parte din atribuţiile soţului, iar la început n-am ştiut să mă adaptez stilului lui Josh. Mă gândeam întruna: *Tatăl meu nu-şi lasă maşina aşa de murdară,* şi aveam grijă să aduc vorba despre modul în care tatăl meu ştia să-şi îngrijească maşina, să facă una sau alta. Josh nu mă compara cu mama lui sau cu oricine altcineva, însă eu nu încetam să-l judec comparându-l cu tata.

Omul care mă iubea cel mai mult pe lume, după Josh, îşi păstra maşina imaculată, şi aveam impresia că, dacă un bărbat nu-şi curăţă maşina, probabil că îmi transmite altceva decât dragoste. Am trecut sub tăcere aceste sentimente, lăsându-le să mă macine până la răbufnire.

Atunci când, în cele din urmă, i-am vorbit lui Josh despre modul în care se îngrijeşte de maşină şi despre ce cred eu în legătură cu acest fapt, a devenit imediat mai atent cu mine şi cu opiniile mele. Mi-am dat seama că ar fi trebuit să-i spun ceea ce simt cu mult înainte. Mi-a devenit, totodată, evident că nu o maşină curată şi igienizată reprezintă semnul unui om de calitate!

Când se căsătoresc, oamenii discută în general despre problemele majore, cum ar fi veniturile financiare, numărul de copii pe care şi-i doresc şi alte asemenea, aşa încât toate celelalte aspecte par să nu mai constituie nişte probleme. Lucrurile mărunte, cele la care nu te gândeşti niciodată, trebuie puse în discuţie şi rezolvate. Iar o parte din marea bucurie a unităţii în căsnicie este aceea de a lămuri aceste lucruri împreună”.

Nu există nici un singur cuplu care să se fi trezit într-o dimineaţă şi, ca prin minune, să reuşească a-şi împărtăşi cele mai tainice sentimente. Acest lucru se învaţă. Partenerii au nevoie de timp pentru a accepta ideea comunicării profunde şi deschise în privinţa fie şi a celor mai delicate chestiuni. Iar una dintre cele mai mari încercări ale iubirii constă în a conştientiza limitele pe care şi le impune fiecare în exprimarea afectivă.

10. Reacţionează

Dacă există un lucru în măsură să stimuleze întotdeauna o atitudine deschisă, atunci acesta nu este decât fie reacţia verbală, fie cea manifestată prin limbajul corporal. Aşa cum o femeie, jignită şi

frustrată din pricina absenţei totale a oricărei reacţii, a fost auzită odată spunând:
„Dacă mă asculţi, răspunde-mi! Spune ceva. Spune orice. Dar fă-mă să înţeleg că asculţi!” Atunci când tindem să stabilim o relaţie afectivă, avem nevoie de confirmări.

Iată câteva sugestii utile în vederea unei atitudini participative:

Reacţionează fizic. Întoarce-te către interlocutor. Apleacă-te uşor înainte. Încuviinţează printr-o mişcare a capului, în semn de răspuns.
Priveşte-l în ochi tot timpul. Nimic nu denotă un interes mai sincer decât contactul vizual.

Solicită informaţii suplimentare. Pune întrebări de natură să urmărească explicaţii sau detalii suplimentare: „Ce ai vrut să spui prin asta?” Sau: „De ce este acest lucru important pentru tine?” Când pui întrebări, transmiţi următorul lucru: „Spune-mi mai multe – mă interesează”.

Meditează asupra celor spuse, printr-o afirmaţie retorică: „Pari foarte încântat să-l fi întâlnit”. Sau: „Trebuie să-ţi fi fost greu”. Ascultarea prin care arăţi că te gândeşti la ceea ce ţi se spune este răsplătită printr-o comunicare cu atât mai profundă.

Repetă sau reformulează afirmaţiile care exprimă anumite sentimente.
Când te faci ecoul înţelesului sau al sentimentului prezente într-o mărturisire clarifici şi încurajezi, totodată, comunicarea pe mai departe.

Ascultă în tăcere atunci când se relatează ceva. Nu întrerupe şi nu termina propoziţiile începute de altcineva. Mie, cel puţin, îmi vine greu să fac acest lucru. Trebuie să-mi spun tot timpul: „Nu întrerupe, nu întrerupe”. De asemenea, nu te grăbi să umpli pauzele dintr-o conversaţie doar pentru a evita momentele de tăcere – s-ar putea ca persoana respectivă să fie pe punctul de a spune ceva important, caz în care rişti să intervii într-un moment nepotrivit.

Dottie recunoaşte: „Uneori mă deranjează atunci când Josh intervine în povestea mea. Mă gândesc: Crede că nu pot să spun singură ce am de spus sau are impresia că intru în prea multe detalii sau ce?” Alteori îmi dau seama că nu e decât o expresie a entuziasmului său. Este foarte curios de ceea ce urmează să spun şi intervine – el nu vede acest fapt ca pe o intervenţie neavenită ori o

întrerupere, şi nici ca pe o intenţie de a-mi completa spusele. Ştiu că vrea să participe la ceea ce spun însă atunci când îmi exprim sentimentele, cel mai bine pentru mine este atunci când
Josh mă lasă să termin ce am de zis”. Răbdarea este o binecuvântare.
Reprimă-ţi intenţia de a te concentra asupra propriului tău răspuns sau a eventualelor contra-argumente câtă vreme interlocutorul încă mai vorbeşte – altfel, vei deveni nerăbdător să iei cuvântul. Atunci când nu faci altceva decât să îţi construieşti, în permanenţă, un contra-argument sau un mijloc prin care să îţi justifici spusele, te afli în situaţia de a-ţi crea, pur şi simplu, un mecanism de apărare. În consecinţă, nu asculţi cu adevărat.

Margaret Lane descrie în cartea sa, *Are You Really Listening?* situaţia penibilă în care s-a găsit din cauza faptului că nu ascultase în mod activ: „Cu ani în urmă, proaspăt ieşită din facultate, participând la un interviu în urma căruia doream să mă angajez la ziarul unui mic oraş, am păţit-o pe pielea mea. Interviul meu decurgea bine, iar editorul, cu chef de vorbă, a început să-mi povestească despre excursia lui de astă iarnă, când plecase la schi. Dornică să fac impresie, am hotărât să-i relatez, la rândul meu, cum urcasem acelaşi cu munte cu rucsacul în spinare, aşa încât, fără a-i mai acorda atenţie, am început să-mi pregătesc propria *mea* poveste. Ei, m-a întrebat deodată, ce părere ai de toate astea?”. Pentru că nu mai auzisem nimic din ce-mi spusese, am îngăimat prosteşte: Se pare că aţi avut o vacanţă minunată – v-aţi distrat de minune!” M-a privit ţintă pentru o clipă. Ce distracţie?”, a întrebat el pe un ton glacial. „Cum aş fi putut să mă distrez? Tocmai ţi-am spus că am petrecut cea mai mare a timpului în spital, cu un picior rupt. ”43

Manifestă-ţi încurajarea şi aprecierea în raport cu ceea ce îţi împărtăşeşte celălalt. Amândouă aceste atitudini consolidează o relaţie sănătoasă de comunicare. Solomon, în înţelepciunea sa, ştia: „Cuvintele prietenoase sunt ca un fagure de miere, dulci pentru suflet şi sănătoase pentru oase” (Proverbe 16: 24). Spune: „Îţi mulţumesc mult că-mi vorbeşti despre asta. Sunt sigur că nu ţi-a fost uşor şi apreciez foarte mult acest lucru”. Sau: „Ceea ce ai spus este foarte justificat şi sunt încredinţat că acest lucru ne va ajuta”.

Aceste procedee sunt doar câteva dintre cele mai eficiente căi de a deveni în mod activ un mai bun ascultător. Ţine minte că urechea ta poate deschide poarta către inima celuilalt, aşa încât nu o închide.

Crede-mă, dacă depui eforturi pentru a deveni un mai bun ascultător, vei avea de câştigat. Întreab-o numai pe Dottie! Ea m-a văzut schimbându-mă.

11. Fii sincer

Apostolul Pavel a văzut limpede în ce constă problema atunci când ne-a îndemnat „să spunem adevărul în dragoste” (Efeseni 4: 15). A spune adevărul în dragoste înseamnă a ţine seama de sentimentele celuilalt.

O persoană cu un real talent în comunicare şi însufleţită de iubire este atentă la consecinţele cuvintelor sau gesturilor sale.

Sfatul lui Solomon este plin de înţelepciune atunci când zice: „Dacă vezi un om care vorbeşte nechibzuit, poţi să speri mai mult de la un nebun decât de la el” (Proverbe 29: 20). „Dragostea”, scria Richard

Strauss, „ne va ajuta să punem înaintea observaţiilor pe care le avem de făcut cuvinte de laudă sau apreciere, urmând să ne exprimăm gândurile într-un mod agreabil, constructiv şi pozitiv. Astfel, partenerul nostru se va vedea mai degrabă încurajat decât rănit”.44

Barierele în calea sincerităţii sunt numeroase. Una dintre ele este simplul fapt că e riscant. „Toate relaţiile profunde”, potrivit lui Wright.

„În mod special relaţiile de căsnicie, trebuie să se bazeze pe o deschidere şi o sinceritate absolute. Acest lucru poate fi dificil de realizat, fiindcă presupune un risc – riscul de a fi respins din cauza sincerităţii, însă este vital pentru ca relaţia din cadrul unei căsnicii să se dezvolte”.45

Atunci când simţim nevoia să fim sinceri privitor la un anumit lucru care l-ar putea răni pe celălalt, nu numai că trebuie să ne revizuim modul în care îi comunicăm mesajul, dar trebuie, de asemenea, să vedem şi care ne sunt motivele. Multe lucruri pline de cruzime au fost spuse în numele „sincerităţii”.

O altă barieră este faptul că sinceritatea poate deveni un prilej de a vâna defectele. Sinceritatea poate fi pentru o persoană un mod de deschidere care să nu facă altceva decât să dezvăluie că există un dosar complet despre fiecare greşeală personală în parte. Comunicarea sinceră, a vorbi în spiritul dragostei şi a asculta în spiritul dragostei, nu „ţine contabilitatea”. În consecinţă, atunci când are loc „comunicarea în spiritul iubirii”, poţi împărtăşi cele mai intime lucruri – defectele şi tot.

A spune adevărul în dragoste implică, de asemenea, exprimarea iubirii tale pentru celălalt în *cuvinte:*

„Îţi mulţumesc pentru simplul fapt că eşti tu însuţi”.

„Sunt mândru de tine”.

„Îţi mulţumesc că mă iubeşti”.

„Mă bucur atât de mult că sunt căsătorit cu tine”.

„Îmi place pur şi simplu să fiu cu tine”.

De asemenea, pentru a spune adevărul în dragoste este necesară grija de a nu exagera sau a ascunde anumite lucruri. Dr. Wright ne relatează povestea unei femei „care a făcut avere şi s-a hotărât să scoată o carte despre genealogia ei. Cunoscutul scriitor pe care l-a angajat pentru această sarcină a descoperit că unul dintre bunicii ei fusese executat prin electrocutare la Sing Sing. Când i-a spus că informaţia ar trebui inclusă în carte, ea a insistat ca modul de a o spune să fie unul care să ascundă adevărul.

Când cartea a apărut, textul era următorul: Unul dintre bunicii ei a ocupat un post în departamentul de electricitate la una dintre cele mai cunoscute instituţii din America. A fost foarte ataşat de poziţia pe care o avea şi a murit efectiv în timpul serviciului”. Wright subliniază faptul că „mesajul prezent în unele tentative de comunicare dintre partenerii unei căsnicii este la fel de obscur şi confuz. De obicei este mai bine să
spui lucrurilor pe nume, cu delicateţe, dacă e necesar, însă cât se poate de limpede”.46

O persoană care comunică eficient şi cu talent deţine o resursă foarte importantă în încercarea de a deveni „persoana potrivită”, iar tu poţi face primul pas chiar acum, oriunde te-ai afla. Dacă eşti necăsătorit, începe prin a aplica aceste principii în raport cu prietenii tăi şi cu iubitul sau iubita. Dacă eşti căsătorit, începe cu tovarăşul tău de viaţă. Prin exemplul tău, prin dragoste şi răbdare sinceră, îl vei încuraja pe partener să-şi dezvolte alături de tine abilităţile de comunicare.

La fel ca învăţarea unei limbi străine, a învăţa să comunici cu inteligenţă cere timp, dăruire, concentrare şi exerciţiu. Unii poate că suntem mai înzestraţi decât alţii în această privinţă, aşa că răbdarea faţă de ceilalţi şi faţă de noi înşine este obligatorie. Însă fiecare dintre noi putem să devenim mereu mai buni.

Pentru început, alege o situaţie de viaţă în care o comunicare

mai bună ar putea schimba lucrurile. Apoi schiţează un plan de bătaie, apelând la unele dintre aceste principii. Fixează-ţi un termen în care să aplici acest plan.

Subiecte de meditaţie

— Care sunt cele două aspecte principale ale comunicării?

— Care sunt elementele cheie ale unei comunicări de succes?

— De ce ascultarea este un aspect important al comunicării?

— Care sunt diferitele niveluri ale ascultării?

ALTE RESURSE UTILE:

Augsburger, David. *Caring Enough to Hear and Be Heard.* Ventura, Calif.

Regal Books, 1982.

Vann, Roger, şi Donna Vann. *Secrets of a Growing Marriage.* San Bernardino.

Calif.: Here's Life Pub., 1985.

Wilke, Richard B. *Teii Me Again, l în Listening.* Nashville: Abingdon Press.

1977.

Wright, H. Norman. *Communication: Key to Your Marriage.* Ventura, Calif.

Regal Books, 1983.

More Communication Keys for Your Marriage. Ventura, Calif.: Regal Books, 1983.

The Family That Listens. Wheaton, 111.: Victor Books, 1981.

Cum poţi rămâne fidel modelului de persoană pe care Dumnezeu l-a sădit în tine atunci când te-a creat şi în acelaşi timp să te împaci şi cu ceilalţi? Nu mulţi dintre noi reuşesc, mai ales când e vorba de relaţia cea mai intimă, căsnicia.

„Trebuie să mă descopăr pe mine însumi", s-a confesat un veteran al vieţii de familie, căsătorit de şaptesprezece ani. „Sistemul meu de valori a fost întotdeauna total diferit faţă de cel al soţiei mele, chiar şi după ce am devenit creştini. Pentru a evita conflictele, mi-am reprimat sentimentele, dorinţele şi convingerile. Nu mai pot face asta, chiar dacă eu consider că am datoria de a sluji".

O femeie, de şaptesprezece ani soţie, se destăinuie: „M-am aşteptat ca soţul meu să-mi ofere aceeaşi dragoste şi afecţiune pe care am trăit-o în prima căsnicie. Când am văzut că nu o primesc, am căutat

s-o obţin prin evitarea oricărui conflict. De-abia după ce am divorţat, am aflat că el mă considera lipsită de curaj, fiindcă evitam în mod constant conflictele”.

Un asemenea comportament nu se limitează doar la căsnicie. În societate, în afaceri şi în biserică ne comportăm de multe ori ca şi cum conflictul ar fi ceva anormal. Este ceea ce a consimţit nimeni altul decât o autoritate ca apostolul Pavel, care sugerează, în Romani 12: 4 – 5, o cauză fundamentală a conflictului: „Căci aşa cum într-un trup avem mai multe membre, dar membrele nu au toate aceeaşi funcţie, tot aşa, şi noi, fiind mulţi, alcătuim un singur trup în Hristos; şi fiecare suntem membre unii altora”.

Faptul în sine că suntem diferiţi face inevitabilă apariţia conflictului.
Venim cu o educaţie diferită, opinii, pasiuni şi chiar culturi diferite în relaţiile noastre. Atunci când doi oameni trăiesc împreună, mai devreme sau mai târziu va apărea şi conflictul. Aşadar, nu *apariţia conflictului* este problema. Adevăratul test este ca tu şi cu mine să putem *rezolva conflictul.*

Din păcate, mulţi dintre noi suntem obişnuiţi cu anumite reacţii la conflict, deprinse înainte de a fi devenit creştini şi a fi început o nouă viaţă. Într-un fel, nu înţelegem faptul că Iisus a oferit o soluţie cu totul diferită la conflict. Cei care au cunoscut puterea Sfântului Duh au capacitatea de a învăţa să înfrunte deschis un conflict şi să-l rezolve în spiritul adevărului şi al iubirii.

Când acest lucru nu se întâmplă, mărturia noastră despre Iisus Hristos este umbrită. Probabil vă aduceţi aminte de Eldridge Cleaver, unul dintre liderii activiştilor negri care au pus la cale numeroase mişcări de protest şi acţiuni violente împotriva poliţiei şi a instituţiilor, la sfârşitul anilor
’60 şi începutul anilor ’70. Conform unor informaţii din urmă cu câţiva ani, acesta devenise creştin. Însă, mai târziu, a părăsit creştinismul evanghelic pentru a deveni mormon. Într-un interviu, a declarat: „Nu am putut să înţeleg şi să accept conflictele care există între creştini”.

Acţionând în dauna propriilor noastre interese

Grava noastră incapacitate de a face faţă conflictelor se manifestă zi de zi la locul nostru de muncă. Rămân uimit de promptitudinea cu care oamenii caută să-şi schimbe slujba după ce trec printr-un conflict la serviciu. Majoritatea se supun mai degrabă

efortului de a-şi găsi şi a ocupa un alt post decât să încerce să înlăture tensiunea din relaţia actuală. Nu înseamnă altceva decât că preferi să dai bir cu fugiţii.

Fiind în Israel, am avut privilegiul de a vizita una dintre vechile fortăreţe din Cezareea. Acolo mi s-a reconfirmat faptul că, de-a lungul istoriei, oamenii au încercat să se păzească împotriva vulnerabilităţii.
Acest fort din Cezareea avea un aşa numit „şanţ uscat" – un spaţiu larg deschis împrejur, fără apă. Oricine trecea acest şanţ era complet expus. Poarta principală a castelului avea o construcţie similară. Era poziţionată pieziş faţă de intrare, expunând astfel părţile vulnerabile ale corpului şi armurii celui care voia să intre.

Plimbându-mă în jurul fortăreţei, m-am gândit la milioanele de oameni care trec prin viaţă încercând permanent să se baricadeze în faţa vulnerabilităţii şi a suferinţei. Jinduiesc şi caută adevărata intimitate sufletească, dar nu o pot găsi niciodată în relaţiile lor, deoarece sunt incapabili din punct de vedere emoţional să rezolve conflictele care apar întotdeauna într-o relaţie profundă şi de durată. De aceea există atât de puţine relaţii durabile în ziua de azi.

Depăşirea celor două temeri

Am vorbit mai devreme de două temeri care îi bântuie pe oamenii zilelor noastre: frica unora că nu vor fi niciodată iubiţi şi frica altora că nu vor fi niciodată capabili de iubire. Ca şi creştini, aceleaşi temeri sunt prezente şi în relaţia cu Dumnezeu. Ascundem în noi teama că Dumnezeu nu ne poate iubi şi că nu va socoti dragostea noastră pe măsura Lui.
Dumnezeu se foloseşte de oameni pentru a ne oferi adevăratele arme ale iubirii Sale, astfel încât să avem credinţă şi să cunoaştem iubirea Lui.
Adeseori, avem nevoie de altcineva pentru ca dragostea lui Dumnezeu să devină pentru noi o realitate.

Însă, cu cât intimitatea din relaţiile pe care ni le-a hărăzit Dumnezeu devine mai profundă, cu atât creşte riscul unui conflict. Situaţiile complexe ce se ivesc atunci când două persoane caută să se cunoască reciproc sunt un rezervor de conflicte chiar mai mare decât în cazul raporturilor dintre două super-puteri. A avea de a face cu labirintul interuman poate fi mai solicitant decât a conduce tratativele de pace dintre două naţiuni aflate în război. Astfel, nu e de mirare că oamenii care ajung la o intimitate reală s-ar putea, totodată, să devină

mai reţinuţi, deoarece o intimitate mai profundă aduce după sine posibilitatea unui conflict mai grav. E posibil ca aceştia să nu fi învăţat niciodată cum să facă faţă acestei laturi a intimităţii.

A rezolva sau a dizolva

Iată o expresie pe care merită să o reţii. Ea zice doar atât: *Este mult mai profitabil să rezolvi un conflict decât să dizolvi o relaţie.*
Fireşte, este mult mai uşor să întorci spatele decât să faci eforturi pentru a rezolva un conflict. Dar răsplata faptului de a rămâne pe poziţii este faptul că de fiecare dată când soluţionezi un conflict devii o persoană mai bună – capabilă să facă faţă cu mai mult succes inevitabilelor conflicte care se vor isca pe viitor.

Uneori uităm că relaţiile dintre oameni fac parte din marele plan al lui Dumnezeu de la începuturi. Dumnezeu a zis, în Geneza 2: 18: „Nu este bine ca omul să fie singur; am să-i fac un ajutor potrivit pentru el". Cred că Dumnezeu se referă aici la ceva mai presus de relaţia de căsătorie. Noi nu am fost creaţi pentru a fi singuri. Pentru a avea parte de fericirea pe care Dumnezeu ne-a hărăzit să o putem trăi în relaţiile noastre, trebuie să ne opunem modului greşit de a gândi lucrurile în zilele noastre şi să ne rezolvăm conflictele.

În ziua de astăzi, eşti încurajat să îţi ceri drepturile şi „să faci ce vrei". Armata îşi caută recruţii folosind deviza: „Fii tot ceea ce poţi să fii"; iar un alt slogan propagandistic îţi reaminteşte că „astăzi meriţi o pauză". Societatea noastră pune accentul în mod evident pe tine, ca individualitate, şi nu pe relaţiile tale. Ideea de a fi deasupra celorlalţi a generat concepţia de tipul „sunt cel dintâi", fapt care nu ne învaţă să construim o relaţie durabilă şi să rezolvăm conflictele pe care le avem.

Dacă a fi un învingător înseamnă totul pentru tine, probabil că îţi vei atinge anumite scopuri personale, însă vei sacrifica, pe parcurs, relaţiile cu ceilalţi. O relaţie se clădeşte prin dăruire, şi nu prin izbânzi. Trebuie, aşadar, să ne ridicăm deasupra societăţii în care trăim, dacă dorim să avem experienţa unei relaţii profunde, împlinite. Cred că, prin Hristos, putem face acest lucru.

În tot răul e şi un bine

Ai avut vreodată sentimentul de bine în urma rezolvării unui conflict?
Dacă da, atunci vei fi de acord cu faptul că putem trage foloase dintr-un conflict. Eu ştiu că am devenit un instrument mai eficient şi mai util în mâinile Duhului Sfânt, datorită modului în care Dumnezeu a valorificat

în viaţa mea conflictele cu ceilalţi. Proverbe 27: 17 ne învaţă: „După cum fierul ascute fierul, tot aşa şi omul ascute mânia altui om”. Am devenit mult mai sensibil la suferinţele şi sentimentele celorlalţi în urma unui conflict. În Romani 5: 3 – 4 ni se spune că necazul dezvoltă răbdarea şi caracterul. Dumnezeu se foloseşte de conflicte în viaţa mea pentru a dezvolta în mine aceste calităţi lăuntrice.

Reacţii ineficace

Dimpotrivă, avem de multe ori diverse reacţii negative la conflict.

Examinând câteva dintre acestea, cred că fiecare dintre noi vom putea identifica mai bine modul în care trebuie să acţionăm în raport cu un conflict şi efectele acestuia asupra relaţiei noastre.

A nu putea admite existenţa unei probleme sau a unui conflict este prima reacţie negativă. Eu îl numesc sindromul „totul este nemaipomenit”. Persoana sau subiectul conflictului sunt ignorate, iar disensiunea rămâne pur şi simplu nerezolvată.

A te retrage este o altă reacţie. „Tratezi cu tăcere” conflictul. Nu vorbeşti despre el şi îl ascunzi, ferindu-te de persoana sau de sursa de conflict. Destul de interesant, aceasta a fost reacţia lui Adam şi a Evei în faţa lui Dumnezeu, în grădina Edenului. Biblia spune: „s-au ascuns”. Au dat înapoi, iar Dumnezeu a trebuit să îi caute. Am descoperit că pe cât mă străduiesc mai mult să-i vorbesc unei persoane care a ales „să mă pedepsească prin tăcere”, pe atât devine aceasta din ce în ce mai tăcută. Iar dacă ridic vocea pentru a provoca un răspuns, încercarea mea de multe ori eşuează, iar confruntarea capătă forme mai violente.

A ignora importanţa unui conflict este o a treia reacţie. „Nu contează” devine deviza noastră. În această situaţie, persoana jignită îşi închipuie: „Nu contează, fiindcă el sau ea oricum nu mă ascultă”, sau „Nu contează, fiindcă el sau ea nu vrea să se schimbe”, sau chiar că „Are să-i treacă”. A trata conflictul cu superficialitate sau cu neseriozitate nu înseamnă a-l îndepărta. Ci a crea condiţiile optime pentru o răbufnire mult mai puternică.

Transferul în plan spiritual este o a patra cale nesănătoasă de a ne raporta la conflict. Expresia pe care o auzim de atâtea ori: „Ei bine. Domnul să fie lăudat!” este imediat urmată de rostirea cuvintelor din Romani 8: 28: „toate lucrurile lucrează împreună spre binele celor care iubesc pe Dumnezeu”. Adevărul, prea adesea, este însă că o asemenea atitudine este lipsită de sinceritate şi că nu reprezintă decât o tactică

de eschivare.

A ţine socoteala este o a cincea reacţie. Conflictele, alături de supărare şi resentimente, se adună în suflet. O explozie este inevitabilă, în Filipeni 3: 13 suntem sfătuiţi însă să folosim extinctorul spiritual pentru „a uita trecutul”. Cred că în cadrul tuturor căsătoriilor ar trebui să existe o convenţie prin care să nu se permită readucerea în discuţie, în cadrul unei dispute, întâmplări mai vechi de trei luni. Un bărbat s-a dus la un consilier marital şi i s-a plâns: „De fiecare dată când ne certăm, soţia mea devine istorică!”

Consilierul l-a întrerupt: „Vreţi să spuneţi isterică?”

„Nu, vreau să spun istorică”, i-a răspuns bărbatul. „Întotdeauna îmi vorbeşte despre lucruri din trecut!” Asta înseamnă să ţii socoteala.

A ataca persoana, şi nu problema este o a şasea reacţie negativă. Am avut parte de un asemenea exemplu recent, când o membră a unui grup creştin evanghelic de confluenţă m-a întrebat: „Ai citit pe cutare, care a scris despre subiectul cutare?” I-am spus că da. Apoi, a început imediat să-l atace pe autor – lăsând deoparte ceea ce scrisese. „Ştiai că a divorţat de trei ori?” a spus ea acuzator. În loc să se ocupe de problemă şi să rezolve conflictul, a recurs la un atac personal.

A da vina pe altcineva este o a şaptea modalitate de a reacţiona la conflict. Aceasta denotă incapacitatea celui care acuză de a-şi recunoaşte propria vină. Reacţia lui Adam şi a Evei (Geneza 3: 9 – 13) după ce au mâncat din fructul oprit este exemplul perfect. Dumnezeu a întrebat: „Nu cumva ai mâncat din pomul din care îţi poruncisem să nu mănânci?”

Adam a răspuns: „Femeia pe care mi-ai dat-o ca să fie cu mine, ea mi-a dat din pom şi am mâncat”. Mai întâi Adam îl învinuieşte pe Dumnezeu, iar mai apoi pe femeie.

Răspunsul Evei a fost: „Şarpele m-a amăgit şi am mâncat”. Amândoi au dat vina pe altcineva.

A dori să învingi cu orice preţ şi *a te da bătut doar pentru a evita un conflict* sunt încă două reacţii negative. Niciuna dintre aceste atitudini nu aduce vreo rezolvare. În ambele cazuri, numai una dintre părţi va pleca având sentimentul unei împliniri. Mai mult, amândouă aceste strategii generează resentimente.

A cumpăra un cadou deosebit pentru celălalt este a zecea reacţie neadecvată la conflict. Acesta este un truc pe care îl preferă mai cu seamă soţii. În loc să se confrunte cu problema conflictuală, aceşti

oameni îşi cumpără calea de ieşire din aceasta.

Soluţii, pornind de aici

Te-ai regăsit, probabil, într-unul sau chiar mai multe dintre aceste moduri negative de raportare la conflict. Dacă este aşa, te vei bucura să afli că există modalităţi pozitive şi constructive de abordare a acestuia.

Fiecare dintre aceste modalităţi porneşte de la angajamentul nostru în faţa autorităţii lui Iisus Hristos. Maturitatea spirituală se manifestă nu prin lipsa conflictului, ci prin tratarea lui în spirit biblic, fără a ne pierde cumpătul. Dorinţa de a rezolva un conflict depinde, de asemenea, de implicarea ta în relaţie. Cu cât eşti mai apropiat de cealaltă persoană, cu atât mai mult vei dori să depui efort pentru rezolvarea conflictului.

Când m-am căsătorit, am spus „Da”, şi am vorbit serios. Poate să vină sfârşitul lumii, eu m-am legat să înfrunt fiecare conflict care se iscă între mine şi Dottie.

Pe când fiul nostru, Sean, avea doar şase ani, mi-a pus într-o zi o întrebare: „Taţi, o s-o părăseşti pe mami?” L-am întrebat de ce întreabă asta? câţiva dintre taţii prietenilor lui divorţau de soţiile lor, mi-a răspuns.

Mi-am dat seama că până şi copiii dintr-un cămin stabil încep să se teamă de aceleaşi lucruri asemenea celor dintr-o familie destrămată.

Aşa că m-am uitat în ochii lui Sean, am ridicat puţin vocea şi am spus:

„Fiule, o iubesc pe mama ta. Am făcut un legământ faţă de ea, şi nu o voi părăsi niciodată, punct!” S-a arătat uşurat şi a spus: „Mulţumesc, tată!” Nu a căutat să obţină o confirmare a devotamentului meu faţă de el. Avea nevoie să ştie că îi sunt devotat mamei sale, fiindcă stabilitatea căsniciei era în realitate cea care-i oferea siguranţa.

Adevăruri în temeiul cărora s-ar cuveni să trăim

Aş dori să-ţi împărtăşesc câteva principii după care am încercat să trăiesc în fiecare zi. Nu reuşesc întotdeauna să le respect, dar dorinţa inimii mele este să pun în practică aceste adevăruri în viaţa mea de zi cu zi, în special în ce priveşte conflictele interpersonale. Poate că îţi vor fi de ajutor.

Primul principiu se referă la atitudinea personală.

Recunoaşte faptul că eşti supus greşelii. A accepta criticile şi a-ţi

recunoaşte greşelile este una dintre primele atitudini cu care trebuie să te deprinzi atunci când vrei să rezolvi un conflict. Biblia ne dă un sfat bun, în Proverbe 13: 18: „Sărăcia şi ruşinea sunt partea celui ce respinge corectarea, dar celui ce ia seama la mustrare i se dă cinste”.
Aşadar, recunoaşte atunci când greşeşti. Când ai dreptate, nu spune nimic. E o bună metodă de a soluţiona un conflict.

Pavel ne asigură, în Filipeni 1: 6: „fiind încredinţat de acest lucru:
că Acela care a început în voi această bună lucrare, o va sfârşi până în ziua lui Iisus Hristos”. Niciuna dintre greşelile pe care le poţi săvârşi nu poate fi fatală. Dumnezeu este mai presus de gafele tale, oricât de grave ar fi ele. Iar în spiritul unei critici constructive, El se poate folosi de greşelile noastre pentru a face din noi oameni mai buni, mai bogaţi în iubire faţă El şi faţă de ceilalţi oameni. De aceea putem citi în
Proverbe 28: 13: „Cel ce îşi ascunde fărădelegile nu prosperă, dar cine le mărturiseşte şi se lasă de ele capătă milă”.

Pavel scria în Romani 14: 13: „De aceea, să nu ne mai judecăm unul pe altul, ci mai bine judecaţi ca nimeni să nu fie o piatră de poticnire sau un prilej de cădere în calea fratelui său”. Când am de a face cu un conflict, atitudinea pe care caut să o adopt este: „Doamne, doresc ca Tu să rezolvi acest conflict şi te rog să începi de la mine”.

Un al doilea principiu pe care îl urmez este să *îmi asum responsabilitatea reacţiilor mele emoţionale.* Nu putem da vina pe celălalt pentru temperamentul nostru sau pentru izbucnirile noastre nervoase. Enervarea poate fi reacţia în faţa unei situaţii nedrepte, dar nu a greşelilor celuilalt. În cartea sa, *Caring Enough to Hear and Be Heard,* David Augsburger pune problema în acest fel: „Atunci când un defect de-al tău îmi provoacă mânia, ştiu că acest defect este deopotrivă şi al meu. Dacă m-am împăcat cu problema respectivă în mine însumi, nu mă voi mai înfuria o dată ce o voi redescoperi la tine. Dar dacă te aud referindu-te la acel lucru despre care mie însumi nu-mi place să vorbesc, cad pradă unei tulburări sufleteşti”.47 Când oamenii se înfurie pe cineva, acest lucru se întâmplă de multe ori deoarece recunosc în acel cineva o trăsătură negativă care se regăseşte şi în ei înşişi.

În continuare, vreau să scot în evidenţă cât de important este să *ţii cont de punctul de vedere al celeilalte persoane* în cadrul unui conflict. Apostolul Pavel scria în Romani 10: 2: „Căci le mărturisesc că

ei au zel pentru Dumnezeu, dar nu potrivit cunoaşterii”. El spune că ştie cu exactitate cine sunt cei despre care vorbeşte. Fusese şi el la fel şi se putea identifica cu ei. Această stare se numeşte empatie.

Cunoşti, probabil, sfatul înţelept din vechiul proverb indian: „Nu critica un om până nu ai umblat o milă în mocasinii lui”. Încearcă să percepi conflictul din punctul de vedere al celuilalt. Apoi încearcă să admiţi că a-l înţelege în plan raţional este una, iar a-l simţi în plan emoţional este cu totul altceva. Vei descoperi că sentimentele celeilalte persoane prezente în conflict sunt întemeiate. Pentru a rezolva conflictul trebuie să încerci într-adevăr să priveşti problema cu ochii celuilalt.

Această empatie este de multe ori dificil de dobândit. Dar, aşa cum ne aminteşte Pavel în Filipeni 2: 3 – 4: „Nu faceţi nimic din ambiţie egoistă sau din glorie deşartă, ci, în umilinţă, fiecare să privească pe altul mai presus de el însuşi. Fiecare din voi să se uite nu numai la foloasele lui, ci şi la foloasele altora”. Cu alte cuvinte, trebuie să privim dincolo de necazul nostru, pentru a vedea necazul celuilalt. Pentru aceasta va fi nevoie să cerem ajutorul lui Dumnezeu.

O metodă care mi-a fost de ajutor este aceea de a mă sili să fiu la fel de inspirat în a înţelege o altă persoană pe cât sunt atunci când încerc să mă fac înţeles faţă de ea. Sfântul Francisc de Assisi spunea: „Doamne, dă-mi puterea de a căuta să înţeleg, mai degrabă, decât să fiu înţeles”.

Vă puteţi imagina ce s-ar întâmpla dacă în relaţiile noastre am avea toţi această atitudine. Majoritatea conflictelor s-ar dizolva imediat, fiindcă cele mai multe dintre ele apar ca urmare a faptului că fiecare om ţine la părerea lui.

Dacă doreşti să tratezi conflictele într-o manieră biblică, trebuie să ţii minte întrebarea următoare: Ce vrea Dumnezeu să învăţ din acest conflict? Orice ar fi, pot să învăţ de la el.

O reţetă de succes

Dă-mi voie să-ţi prezint un plan excepţional, în patru puncte, de soluţionare a conflictelor, care se află în primele cinci versete ale capitolului 7 din Evanghelia lui Matei. Versetele 1 şi 2 spun: „Nu judecaţi, ca să nu fiţi judecaţi; căci cu ce judecată judecaţi, veţi fi judecaţi; şi cu ce măsură măsuraţi, vi se va măsura”. Prin aceasta suntem îndemnaţi să fim *smeriţi.* Versetul 3 continuă: „Şi de ce vezi tu paiul din ochiul fratelui tău şi nu bagi în seamă bârna din ochiul tău?”

Aici ni se spune, în mod clar, să *fim oneşti.* Nu cred că am fost vreodată implicat într-un conflict în care să nu fi existat o bârnă în ochiul meu.

Apoi, în versetul 4, citim: „Sau, cum poţi spune fratelui tău: Lasă-mă să scot paiul din ochiul tău; şi iată, bârna este în ochiul tău". Lucrul pe care trebuie să-l învăţăm aici este *integritatea.* Şi, în sfârşit, în versetul5, ni se porunceşte să tratăm conflictul *în spiritul iubirii:* „Prefăcutule, scoate întâi bârna din ochiul tău, şi apoi vei vedea desluşit să scoţi paiul din ochiul fratelui tău". Iisus ne cere să fim smeriţi, cinstiţi, să fim integri şi să ne arătăm dragostea.

Aici este pericolul. Poţi deveni atât de absorbit de dorinţa de a te răzbuna şi de a-ţi regla conturile într-un conflict, încât să îţi scape ceea ce Dumnezeu vrea să înveţi dintr-o asemenea situaţie. Scopul tău trebuie să fie acela de a afla ce îţi spune Dumnezeu *ţie.* Pentru aceasta, este nevoie de disponibilitatea de a admite că nu eşti perfect.

Rugăciunea ta ar trebui să fie aşa: „Doamne, dă-mi puterea de a-mi recunoaşte defectele". A recunoaşte acest lucru nu este o dovadă de slăbiciune. Mai degrabă e nevoie de curaj pentru a admite că ai greşit.

Când accepţi existenţa unei slăbiciuni la tine, imediat devii mai capabil de a accepta slăbiciunea la celălalt.

A fi dispus să te laşi corectat este un alt lucru necesar, dacă doreşti să-ţi însuşeşti lecţia pe care ţi-o dă Dumnezeu. Mai lesne scăpăm din vedere greşelile noastre decât pe ale altuia.

O atitudine potrivită şi dorinţa de a te schimba sunt de asemenea esenţiale. În fiecare situaţie trebuie să fii stăpânit de dorinţa de a deveni un om, slujitor şi prieten mai bun. Prin aceste atitudini vei da Duhului

Sfânt libertatea de a-şi împlini lucrarea.

Ţine minte, mai ales când este vorba despre un conflict, că dragostea acoperă multe păcate. Apostolul Petru ne reaminteşte: „Şi mai presus de toate lucrurile, să aveţi o dragoste fierbinte unul pentru altul, căci dragostea acoperă o sumedenie de păcate" (1 Petru 4: 8). Întâlnesc atâţia creştini care cred că ei trebuie să fie conştiinţa aflată în slujba trupului lui Hristos. Într-un fel, ei cred că săvârşesc un lucru duhovnicesc arătând cu degetul fiecare vină şi fiecare greşeală pe care o văd. Pavel ne oferă modelul de urmat, în Romani 15: 1: „Noi deci, care suntem tari, ar trebui să purtăm slăbiciunile celor slabi, şi să nu ne plăcem nouă înşine", încercăm, prea ades, să-l înlocuim pe Duhul

Sfânt în lucrarea Sa.

Dacă iubiţi cu adevărat o persoană, veţi purta slăbiciunea ei şi o veţi lua asupra voastră. Am cunoscut oameni a căror credinţă s-ar fi destrămat dacă m-ar fi văzut că merg la un film. Pur şi simplu aceştia credeau că nu e bine să mergem la cinematograf. Într-o astfel de situaţie, nu mă reped să le arăt slăbiciunea, insistând asupra dreptului meu de a vedea un film. Ci îmi fac timp pentru a discuta cu persoana în cauză şi sunt uimit să văd cum

Dumnezeu o aduce în postura de a spune: „Îţi înţeleg punctul de vedere”.

Dragostea acoperă o sumedenie de păcate şi poartă slăbiciunile. În

Efeseni 4: 2, Pavel o spune prin cuvintele: „Îngăduindu-vă unul pe altul în dragoste”. Trebuie să fii dispus la compromis, pentru binele celuilalt.

De reţinut că acest lucru nu se aplică în cazul problemelor morale, ci în cel al idiosincraziilor individuale. În această sferă a relaţiilor, dragostea este harul care acţionează.

Soluţii active

Alături de însuşirea unora dintre aceste atitudini despre care tocmai am discutat, există anumite moduri de a acţiona care te vor ajuta în rezolvarea unui conflict.

Începe prin *a căuta informaţii* pe două direcţii.

În primul rând, *caută în Scriptură* despre tipul de conflict cu care te confrunţi. De multe ori am putut găsi în Biblie situaţii similare cu cea în care mă aflam eu.

În al doilea rând, *cercetează faptele* legate de cealaltă persoană şi de situaţie. Subscriu la cele spuse în Proverbe 18: 13: „Cel ce răspunde fără să fi ascultat, face o prostie şi îşi atrage ruşinea”. Multe conflicte se nasc din neînţelegere şi din presupoziţii false legate de unele afirmaţii.

În urmă cu ceva timp, Dottie servea ceaiul împreună cu o prietenă apropiată, care a făcut la un moment dat o remarcă despre unul dintre copiii noştri. Dottie a perceput-o ca pe ofensă foarte gravă. A fost atât de şocată şi de jignită încât s-a scuzat şi s-a retras în dormitor. În aceeaşi săptămână, câteva zile mai târziu, s-a nimerit ca Dottie să aibă de pregătit un discurs pe tema confruntării. În timp ce lucra şi-a dat seama că trebuia să-şi pună în aplicare propriile

convingeri şi să discute cu tânăra ei prietenă. Nu i-a fost uşor, fiindcă Dottie nu suportă relaţiile incomode. Însă prietenia lor nu mai putea continua până ce nu era clarificată situaţia. În timp ce discuta cu ea.
Dottie şi-a dat seama că a înţeles greşit ceea ce spusese prietena ei, astfel că problema s-a rezolvat repede, prin simpla stabilire a faptelor.

Rugăciunea este un alt mod de a acţiona. Roagă-te mai întâi pentru înţelepciune. Iacov ne promite: „Dacă vreunuia dintre voi îi lipseşte înţelepciunea, s-o ceară de la Dumnezeu, care dă tuturor cu mână largă şi fără mustrare, şi ea îi va fi dată” (Iacov 1: 5). Nu confunda însă înţelepciunea cu actul de cunoaştere. Înţelepciunea este cea care ne ajută să ne raportăm în mod corect la cunoaştere.

Roagă-te pentru celălalt pentru lucruri specifice, rostindu-i numele.
Dumnezeu îţi va schimba atitudinea faţă de el şi îţi va da puterea să administrezi mai bine problema. „Rugaţi-vă unii pentru alţii”, este sfatul bun pe care ni-l dă Iacov.

Rugăciunea trebuie făcută cu credinţă. În Iacov 1: 6: „Dar s-o ceară cu credinţă, fără să se îndoiască de nimic” Adeseori, rugăciunea mea sună aşa: „Părinte, omeneşte vorbind, nu ştiu cum ar putea acest conflict să se rezolve vreodată, dar ştiu că ar însemna să nu te cinstesc dacă aş renunţa la această relaţie. Aşadar, prin credinţă, am nădejdea ca Tu să te foloseşti de mine, de Cuvântul Tău şi de ceilalţi oameni pentru a găsi o ieşire”.

Roagă-te, în sfârşit, pentru succesul persoanei respective. Petru ne reaminteşte: „Nu întoarceţi rău pentru rău, sau batjocură pentru batjocură; ci dimpotrivă, binecuvântaţi” (1 Petru 3: 9).

Caută un sfat înţelept, este al treilea moment al demersului tău.
Ni se aminteşte în Proverbe 12: 15: „Calea nebunului este dreaptă în ochii lui, dar cel ce ascultă sfaturile este înţelept”. Fii prevăzător însă atunci când cauţi un sfat. Implicaţi fiind într-o situaţie conflictuală, emoţiile noastre ating cote ridicate şi tindem să scăpăm din vedere propriile noastre greşeli şi propria noastră contribuţie la declanşarea conflictului.

Acest avertisment vine din experienţa mea personală. Din nefericire, am tendinţa de a căuta sfaturi la aceia care ştiu că sunt de aceeaşi părere cu mine şi care îmi dau dreptate. Aşa că trebuie să-mi reamintesc mie însumi că am nevoie de un sfat nu pentru a ieşi învingător, ci pentru a rezolva un conflict.

Să *te confrunţi cu propriile tale sentimente, mai întâi,* este un alt pas important de făcut. Epistola către Efeseni 4: 26 ne arată calea de urmat: „Să nu apună soarele peste mânia voastră". Acest verset nu interzice mânia, ci ne atrage atenţia că trebuie să găsim numaidecât o rezolvare. Dacă nu îţi controlezi mânia, te va controla ea pe tine.
Sentimentele de furie şi de jignire cărora nu le găseşti o rezolvare îţi vor lua în stăpânire imaginaţia, iar pe măsură ce timpul va trece, faptele vor fi din ce în ce mai denaturate şi îşi va face loc amărăciunea. O dată ce refuzi să te confrunţi cu propriile tale sentimente, vei ajunge curând să te laşi dominat de Satana.

Lămureşte situaţia în ultima vreme, sunt cuprins de îngrijorare când văd câţi evanghelici aflaţi în poziţii importante au căzut pradă imoralităţii sexuale şi au divorţat. Am împărtăşit această îngrijorare prietenilor apropiaţi şi soţiei mele, Dottie. În timp ce discutam în special despre modul în care am reuşit să facem ca relaţia noastră să rămână una sănătoasă, Dottie s-a oprit asupra unui aspect interesant. Ea a subliniat faptul că, în toţi aceşti ani de căsnicie, dacă a existat vreun conflict între noi, nu s-a întâmplat niciodată să plec de acasă fără să-i pun capăt.

Au fost momente în care am ajuns până la maşină, doar pentru a mă întoarce apoi hotărât să-mi cer iertare, şi situaţii în care am condus pe distanţa a trei cvartale, pe viscol, doar pentru a face, după aceea, cale întoarsă. Dottie a afirmat, la vremea aceea, un lucru, cred eu, foarte semnificativ. Spunea: „Poţi să fii plecat timp de trei luni şi, dacă nu e nimic în neregulă cu relaţia noastră, mă descurc. Dar dacă ai pleca lăsându-mă cu o problemă neclarificată referitoare la relaţia dintre noi, mi-ar deveni insuportabil. M-aş lăsa cuprinsă de amărăciune şi ranchiună şi aş avea senzaţia că mi s-a strecurat o pietricică în pantof".

Nu cred că e sănătos nici măcar să porneşti dimineaţa la slujbă lăsând în urmă conflicte nerezolvate. Pun în practică această idee cu stricteţe, împreună cu soţia mea. De asemenea, încercăm să nu ne ducem niciodată la culcare înainte de a rezolva ceea ce este de rezolvat.

Recent, am aflat despre soţia mea un lucru pe care nu îl ştiam.
Părul meu începe să se rărească, aşa că folosesc un anume spray. Într-o dimineaţă, stăteam amândoi lângă chiuvetă, când am luat sprayul de păr şi am început să-l folosesc. Dottie mi-a spus: „Iubitule, te rog nu face asta". Ei, în paisprezece ani de căsnicie nu am discutat niciodată

despre sprayul de păr şi nu ştiam că ea nu îl putea suferi, ba mai mult, că interzisese oricui să-l folosească în casă.

Aşa încât, socotind că fac un gest de mare îngăduinţă, m-am îndepărtat de chiuvetă şi am început să mi-l aplic. Mi-a zis: „Ţi-am spus că nu-mi place”. Fiindcă eu îi răspunsesem deja, prin gestul de a mă da mai în spate, m-am enervat, am zvârlit sprayul, spărgând unul din parfumurile ei scumpe, şi am ieşit val-vârtej din casă.

În timp ce mă îndreptam cu maşina spre un restaurant ca să iau micul dejun, mi-am dat seama cât de insensibil fusesem şi i-am cerut iertare lui Dumnezeu. Apoi, imediat ce am ajuns, am pus mâna pe telefon şi am sunat acasă. Când a sunat telefonul, Dottie i-a spus fiului nostru: „Sean, te rog răspunde. E tatăl tău”. Am discutat despre incident şi ne-am iertat unul pe altul pentru felul în care ne comportaserăm.

Se înţelege, din cele spuse până acum, că, deşi confruntarea imediată cu sentimentele în cauză este necesară, trebuie să le acorzi un oarecare răgaz înainte de a aborda problema conflictuală. Poate că e nevoie să treacă un timp până ce jignirea sau furia au să dispară, astfel încât conflictul să poată fi tratat dincolo de accentele agresiv emoţionale.

Într-o zi am primit o scrisoare în termeni duri de la pastorul bisericii din Colorado, care mă chemase să ţin prelegeri, iar acum contramanda înţelegerea. Vorbise cu diaconii şi cu superiorii bisericii şi hotărâseră că pretind prea mulţi bani. Aşa că mi-au cerut să nu mai vin. Cam după patru săptămâni le-am răspuns printr-o scrisoare. Am avut nevoie de acest timp pentru a mi se vindeca rănile şi a-mi reveni, ca şi pentru a oferi şansa comunităţii religioase de a se calma. Scrisoarea mea a avut patruzeci de pagini şi am trimis opt copii, prin Federal Express, pentru diaconi.

Curând după aceea, m-am dus să-l întâlnesc pe pastor, iar primul lucru pe care mi l-a spus a fost: „Mă vei putea ierta vreodată?” Apoi mi-a împărtăşit faptul că toţi cei din conducerea bisericii au izbucnit în plâns când au citit scrisoarea, fiindcă şi-au dat seama cât de urât se purtaseră cu o mulţime de oameni de-a lungul vieţilor lor. Dacă le-aş fi scris sub imperiul sentimentelor din acea clipă, am fi pierdut ocazia unei asemenea tămăduiri pline de bucurie şi prilejul ivit astfel de a-i aduce slavă trupului lui Hristos.

Aminteşte-ţi de proverbul: „Ce bun este un cuvânt spus la

timpul potrivit!” (Proverbe 15: 23). Sunt în asentimentul versetului 28: „Inima celui drept se gândeşte ce să răspundă, dar gura celor răi împrăştie răutăţi”. Medicul meu spune că motivul pentru care nu am ulcer este probabil că râd foarte mult şi pentru că le spun oamenilor ceea ce gândesc. Le fac pe amândouă, dar atunci când îmi exprim gândul încerc întotdeauna să găsesc momentul potrivit, o dispoziţie calmă şi o motivaţie justă.

Controlul atitudinilor negative

Este întotdeauna foarte important să scoţi în evidenţă binele, atunci când eşti implicat într-o situaţie conflictuală. Nu te crampona de aspectele negative, ci dimpotrivă, bazează-te pe cele pozitive. Epistola către Filipeni 4: 8 ne învaţă: „Încolo, fraţilor, tot ce este adevărat, tot ce este vrednic de cinste, tot ce este drept, tot ce este curat, tot ce este vrednic de iubit, tot ce este vrednic de primit, orice faptă bună şi orice laudă, acestea să vă însufleţească”.

Pune-ţi ţie însuţi, cu mare atenţie, întrebările:

1. Îţi petreci timpul mai mult criticându-i pe oameni în sinea ta decât încercând să le identifici părţile bune?

2. Vorbeşti despre alţii în mod defavorabil, pe la spate?

3. Ai faţă de ceilalţi exigenţe pe care tu, la rândul tău, nu le poţi îndeplini?

4. Îi constrângi pe ceilalţi să se ridice la standardele tale, pentru a-i putea accepta mai uşor?

Felul în care răspunzi la aceste întrebări spune multe despre felul în care faci faţă unui conflict.

Există oameni în viaţa mea care mă acceptă aşa cum sunt. Chiar dacă mă încurajează să devin mai bun ca om, ştiu că nu m-ar iubi mai puţin dacă nu aş face nimic în acest sens. Ei se concentrează asupra aspectelor pozitive, şi nu asupra celor negative. Poate ar trebui să faci un efort în plus pentru a scoate în evidenţă lucrurile bune, mai ales în situaţii conflictuale.

Asigură-te că Duhul Sfânt este cel ce îţi călăuzeşte viaţa. Acesta este ultimul, şi cel mai important îndemn al meu. Dacă nu eşti întărit în Duhul Sfânt, îţi va fi greu, dacă nu imposibil, să pui în practică aceste principii. El este sursa care îţi va da întotdeauna puterea de a aplica ceea ce înveţi şi îţi va oferi deschideri spre noi înţelesuri ce trebuie pătrunse.

Subiecte de meditaţie”.

9 De ce este mai important să rezolvi un conflict decât să renunţi la o relaţie?

— Care sunt câteva dintre răspunsurile negative la conflict?

— Care sunt câteva dintre atitudinile care trebuie deprinse şi care îţi pot fi de folos atunci când te confrunţi cu un conflict?

— Care sunt câteva dintre măsurile active pe care le puteţi lua pentru a rezolva un conflict?

ALTE RESURSE UTILE

Maxwell, John. *Your Attitu.de: Key to Succes.* San Bernardino, Calif.: Here's

Life Pubs., 1984.

McDowell, Josh. *Evidence for Joy.* Waco, Tex.: Word Books, 1984.

Wilson, Earl. *Loving Enough to care.* Portland, Oreg.: Multnomah Press.

1984.

Wright, H. Norman. *The Pillars of Marriage.* Ventura, Calif.: Regal Books.

1980.

Învaţă să ierţi

Recent, în Hawaii, am şezut alături de un distins domn şi de soţia sa. Am intrat în vorbă cu el şi l-am întrebat cu ce se ocupă. Mi-a explicat că fusese consultant la o corporaţie pe probleme de personal şi de perfecţionare a acestuia. Când l-am întrebat care a fost problema cu care se confruntase cel mai frecvent, mi-a răspuns: „Conflictul".

Astfel că l-am întrebat: „Care este întâia soluţie de rezolvare a unui conflict la care aţi recurs?" Fără să clipească, a răspuns: „Iertarea". Lucrul cel mai dificil cu care s-a confruntat a fost să-i convingă pe oameni să renunţe la supărarea lor, pentru a oferi şi a accepta iertarea. Acest om, care nu era creştin, înţelesese foarte bine puterea de reconciliere a iertării.

Când Billy Graham a organizat campania sa în Honolulu, un grup de douăzeci de reputaţi psihologi au fost trimişi să asculte predicile acestuia, pentru a-şi publica, mai apoi, în presă aprecierile critice. Toţi au căzut de acord asupra unui lucru, în expunerile lor. Atunci când Dr. Graham îi chema pe oameni să se căiască pentru a primi iertarea lui Dumnezeu, îndemnul său era întemeiat, din punct de vedere psihologic.

Avem cu toţii nevoie să fim iertaţi. Directorul unei instituţii de boli mentale din Knoxville, Tennessee, a declarat că 50 % dintre

pacienţi ar putea pleca acasă dacă ar şti şi ar crede că au dobândit iertarea.

Trăim într-o societate copleşită de ranchiună acumulată, resentimente, amărăciune şi inimi frânte. Aceste probleme, fără a fi înfruntate şi rezolvate, sunt aceleaşi care afectează unitatea trupului lui Hristos, destramă relaţii, slăbesc puterea Duhului Sfânt de a acţiona în viaţa oamenilor şi aduc dezbinare în toate domeniile, pornind de la familie şi până la mişcările din mediul universitar. Avem nevoie de iertare!

Lubrifiantul relaţiilor

Iertarea este lubrifiantul relaţiilor. Reduce fricţiunile şi le permite oamenilor să se apropie unii de alţii. Dacă nu credeţi că o persoană este capabilă de iertare, nu veţi putea niciodată să vă deschideţi sufletul cu adevărat şi să vă expuneţi părţile vulnerabile faţă de aceasta.

O persoană incapabilă de iertare nu poate să întreţină o relaţie profundă, durabilă şi intimă. Nu are importanţă cât de inteligent sau talentat eşti, fiindcă dacă nu eşti în stare să ierţi nu poţi avea o relaţie intimă – ea se va destrăma din cauza conflictelor care, nefiind iertate, nu pot fi uitate.

În plus, dacă eşti o fire neiertătoare, singurătatea este inevitabilă, fiindcă oamenii vor ezita să se arate vulnerabili faţă de tine. Te vei înconjura de un zid ridicat de tine însuţi. O prietenie nu poate să dureze în lipsa iertării. Pentru ca o prietenie să se poată dezvolta şi să câştige în intimitate, trebuie să existe siguranţa dată de certitudinea că ori de câte ori ţi-ai pierde cumpătul în faţa prietenului tău, acesta te va iubi în continuare şi îţi va acorda iertarea sa deplină.

Un partener intransigent într-o căsnicie distruge posibilitatea de valorificare a potenţialului de intimitate în acea relaţie, în special în ceea ce priveşte comunicarea. Celălalt partener va trăi permanent cu frica de a nu jigni, pierindu-i astfel dorinţa de a mai comunica sincer, de teama ca nemilosul său tovarăş de viaţă să nu profite de vulnerabilitatea sa. Mâhnirea şi resentimentul vor pune stăpânire, în cele din urmă, pe această relaţie.

Iertarea însă atunci când este practicată în mod constant, duce la o intimitate sporită, fiindcă dă naştere unei comunicări deschise. Dacă cineva te iubeşte în ciuda defectelor tale şi te acceptă chiar şi atunci când greşeşti faţă de el, nu poţi să-i răspunzi decât printr-o

dragoste şi mai adâncă.

Iertarea se aseamănă cu o lentilă

Opiniile şi obiceiurile tale în ce priveşte iertarea determină în mare modul în care faci faţă unui conflict. Întreabă-te:

1. Privesc fiecare situaţie în care e nevoie de iertare ca pe o ocazie de a-mi întări relaţia şi a-mi dezvolta propriul caracter?

2. Sunt atent la nevoile celui care m-a jignit şi încerc să am înţelegere pentru el sau ea?

3. Înţeleg faptul că Dumnezeu va face ceea ce este drept cu cel care m-a jignit, dacă este nevoie de o pedeapsă – că răzbunarea şi pedeapsa nu cad în sarcina mea?

4. Mă supun hotărârii de a-i mulţumi lui Dumnezeu pentru fiecare experienţă de viaţă, îngăduind astfel ca dragostea şi harul Lui să sporească în mine?

Relaţiile şi căsniciile rareori se destramă din cauza unei singure neînţelegeri. Orice răbufnire care are loc reprezintă de obicei ultima dintr-un şir de conflicte acumulate neînsoţite de iertare şi împăcare.
Dr. Tim LaHaye scrie:

Care dintre noi nu este supus indispoziţiilor, toanelor proaste, spiritului de negaţie sau atitudinilor critice? Fireşte, aceste lucruri nu ar trebui să existe într-o căsnicie creştină, dar ele există. Nu există cuplu căsătorit care în viaţa de zi cu zi a căsniciei, să nu aibă un sac de „nemulţumiri". Cu toate acestea, vedem multe cupluri care se bucură de iubire, armonie şi pace în relaţia dintre soţi. Secretul lor este, invariabil, iertarea.48

Să recunoaştem, Biblia se exprimă foarte clar când e vorba despre iertare. Ni se *porunceşte* să iertăm. În Marcu 11: 25, Iisus ne spune că atunci când ne rugăm trebuie să iertăm, orice nemulţumire am avea împotriva cuiva. Imediat după Rugăciunea Domnească, în Matei 6: 14 – 15.
El spune: „Căci, dacă voi iertaţi oamenilor greşelile lor, şi Tatăl vostru cel ceresc vă va ierta pe voi; dar dacă nu iertaţi oamenilor greşelile lor, nici Tatăl vostru nu vă va ierta greşelile voastre".

La o primă lectură, am putea înţelege că iertarea pe care o primim noi are la bază iertarea pe care o acordăm noi celorlalţi, şi nu harul lui
Dumnezeu prezent în Hristos. Acest lucru însă ar intra în contradicţie cu celelalte învăţături ale lui Hristos. După cum cred eu, Iisus spune,

mai degrabă, că dacă refuzăm să iertăm pe cineva care a greşit faţă de noi, Dumnezeu va şti prin aceasta că orice mărturisire a păcatelor noastre către El va fi, cu necesitate, mai puţin sinceră – că nu am primit, în realitate, iertarea pe care cu mărinimie ne-a oferit-o.

Richard Strauss scrie: „O persoană care şi-a recunoscut cinstit ticăloşia păcatelor şi a trăit binecuvântarea iertării lui Dumnezeu nu poate să răspundă altcumva decât prin iertare faţă de ceilalţi”.49 Şi aşa cum bunătatea plină de iubire a lui Dumnezeu ne îndeamnă la pocăinţă, nu este oare posibil ca bunătatea noastră plină de iubire faţă de alţii, manifestată prin iertare, să-i îndrepte şi pe ei spre pocăinţă?

Modelul nostru în ce priveşte iertarea este cel al lui Hristos – absolută şi imediată. Şi totuşi, celor mai mulţi dintre noi nici prin gând nu ne-ar trece să-i iertăm pe unii oameni dintre cei pe care El i-a iertat. În Luca 7, citim că Hristos iartă o femeie păcătoasă; în Ioan 8, Iisus a iertat o femeie surprinsă în adulter; i-a iertat chiar şi pe cei care l-au crucificat! în situaţii în care noi i-am acuza pe alţii sau i-am face de ocară, calitatea pe care o descoperim întotdeauna în viaţa lui Hristos este aceea a iertării.

Ce este iertarea?

Cum ar trebui definită iertarea? Am întâlnit mai multe definiţii. Sunt sigur că te vei regăsi măcar într-una dintre ele.

1. *Iertarea* înseamnă: „A şterge datoriile, a renunţa la ele”; „a renunţa la resentiment”; „a şterge trecutul cu buretele, a ierta de datorii, a anula pedeapsa”; „a accepta personal preţul împăcării”; „a renunţa la toate revendicările faţă de cel care te-a rănit şi a trece peste toate consecinţele afective ale jignirii”. Nu înseamnă doar să spui: „Te iert”, ci de asemenea să te detaşezi de reacţiile afective produse de ofensă.

Adică, toate resentimentele trebuie să dispară, oricât de mult ne-ar plăcea să ne agăţăm de sentimente ostile.

A ierta este un cuvânt care exprimă o acţiune şi care nu ne îngăduie să stăm şi să aşteptăm ca părerea de rău să vină de la celălalt. Aşa cum

Hristos a murit pentru noi în timp ce încă eram păcătoşi, la fel şi iertarea presupune ca noi să facem primul pas înspre restabilirea unei relaţii.

2. *A ierta,* de asemenea, înseamnă: „a renunţa sau a lăsa de la tine”.

Dacă cineva îţi încalcă drepturile, iertarea înseamnă să renunţi la dreptul de a reacţiona şi de a-i răspunde cu aceeaşi monedă, oricât de justificată ţi s-ar părea răzbunarea. A ierta înseamnă a arăta îndurare, şi nu a-ţi revendica dreptatea – o reacţie care este împotriva a tot ceea ce ne învaţă societatea de astăzi.

Ce ar fi fost dacă Dumnezeu ar fi ţinut morţiş să se răzbune pe noi de fiecare dată când am păcătuit? Am fi fost daţi de mult pierzării. Nu i-am cerut niciodată lui Dumnezeu, în rugăciunile mele, să facă dreptate în relaţia dintre mine şi El. I-am cerut întotdeauna îndurare. Şi de-abia cu câţiva ani în urmă m-am smerit, dându-mi seama că una dintre problemele mele era că ceream îndurare de la Dumnezeu, dar în relaţiile cu ceilalţi oameni pretindeam dreptate.

Lumea ne spune să urâm, iar Dumnezeu ne spune să iubim. Lumea ne spune să căutăm răzbunarea, dar Dumnezeu ne spune să iertăm. De ce?

Fiindcă la temelia iertării noastre stă ceea ce Iisus Hristos a înfăptuit pe cruce pentru mine şi pentru tine. În Epistola către Coloseni, Pavel scrie:

„... în care avem răscumpărarea, prin sângele Lui iertarea păcatelor”. (Coloseni 1: 14). Această idee este dezvoltată în Evrei 10: 10 – 12: „Prin această voie am fost sfinţiţi, şi anume prin jertfirea trupului lui Iisus

Hristos, o dată pentru totdeauna. Şi orice preot face slujba în fiecare zi şi aduce de multe ori aceleaşi jertfe, care niciodată nu pot şterge păcatele, dar El, după ce a adus o singură jertfă pentru păcate, s-a aşezat pentru totdeauna la dreapta lui Dumnezeu”. El a adus o singură jertfă pentru totdeauna, ca să ne ofere iertarea.

Temeiul iertării noastre ne este înfăţişat în 1 Petru 1: 18 – 19: „ştiind că aţi fost răscumpăraţi, nu cu lucruri pieritoare, cu argint sau cu aur...

ci cu sângele scump al lui Hristos, Mielul fără cusur şi fără pată”, fundamentul ultim al faptului că Dumnezeu ne iartă nu stă în faptele noastre, ci în persoana lui Iisus Hristos şi în ceea ce El a făcut pentru noi pe cruce. Acesta este, aşadar, modelul nostru de iertare pe care trebuie să o acordăm celorlalţi.

Şi eu?

Latura cu adevărat revoluţionară a iertării lui Dumnezeu, care ar trebui să fie şi a iertării noastre, stă în dimensiunea acesteia.

Iertarea lui
Dumnezeu este totală. Aşa cum ne arată Psalmul 103: 12, El a îndepărtat păcatele noastre „cât este de parte estul de vest”. Ei bine, distanţa dintre nord şi sud poate fi măsurată, dar nu şi cea dintre est şi vest. Această expresie se referă anume la veşnicie. Măsura iertării lui Dumnezeu este dată de întreaga veşnicie.

Rezolvarea conflictelor din relaţiile noastre interpersonale porneşte de la rezolvarea conflictului din relaţia noastră cu Dumnezeu şi de la dobândirea iertării Lui. Însă ani de zile nu mi-am dat seama că acest lucru presupunea să mă iert inclusiv pe mine însumi. Am înţeles că
Dumnezeu m-a iertat pentru ceea ce Iisus Hristos a înfăptuit pe cruce, dar în ceea ce mă privea, trebuia să mă schimb şi să fac ceea ce trebuia ca să-mi câştig dreptul de a mă ierta pe mine însumi. În cea mai mare parte a timpului, nu mi-a trecut prin minte că puterea de a-mi acorda mie însumi iertarea nu depindea de ceva ce trebuia să fac eu, ci de ceea ce Hristos făcuse deja pentru mine pe cruce. Creştinii trebuie să se ierte pe ei înşişi, iar atunci când nu o fac, nu-i fac cinste lui Dumnezeu.

O bună perioadă de timp am trăit după modelul urmat de mulţi creştini. Îmi mărturiseam păcatele în faţa lui Dumnezeu, eram conştient de iertarea Lui, iar apoi luam calea ispăşirii păcatului meu. Făcând asta, sugeram, prin modul meu de a mă comporta, că moartea lui Iisus Hristos pe cruce nu a fost suficientă pentru toate păcatele mele.

Vezi tu, adevărata problemă care se pune de-a lungul vieţii noastre nu se referă mai ales la câte greşeli facem sau de câte ori greşim. Problema este cum reacţionăm atunci când săvârşim un păcat. De exemplu, eram într-o zi cam opt persoane care discutam într-un restaurant din oraşelul în care locuiesc şi am făcut o remarcă pe care nu ar fi trebuit să o fac, fiindcă prin ea l-am jignit pe unul dintre fraţii prezenţi acolo. Pe moment nu am realizat adevăratele implicaţii ale afirmaţiei mele, dar asta nu era o scuză.

La jumătatea drumului spre casă

Fără să-mi dau seama că apăruse o problemă, am spus la revedere tuturor, după cină, şi am pornit spre casă. Apoi, dintr-odată, am înţeles!

Niciodată în viaţa mea nu mă simţisem mai vinovat în faţa Duhului

Sfânt. Creştea în mine convingerea că greşisem prin ceea ce spusesem în timpul cinei. M-am mărturisit lui Dumnezeu atunci, pe loc, dar nu am putut să-mi continui drumul spre casă. Ştiam că trebuie să mă întorc şi să-mi mărturisesc păcatul faţă de fratele meu.

Aşa că am făcut cale întoarsă. L-am găsit şi i-am spus: „Am greşit spunând ceea ce am spus şi ştiu că te-am rănit şi că am păcătuit.
Am recunoscut în faţa lui Dumnezeu şi m-am întors să-mi mărturisesc greşeala în faţa ta şi să-ţi cer iertare. Mă ierţi?"

Spre uimirea mea, a spus: „Nu!"

Mi s-a părut că nu aud bine, aşa că am încercat din nou.

Mi-a spus: „Ei bine, nu ar fi trebuit să spui niciodată lucrul ăsta!"

Bineînţeles, dacă nu mi-aş fi dat seama de acest fapt, nu m-aş fi întors la restaurant. Drept urmare, am mai încercat o dată să îi explic, la care el a răspuns: „Cineva ca tine nu ar fi trebuit niciodată să spună aşa ceva". (întotdeauna mi se aruncă asta în faţă: „Cineva ca tine…"
Sunt şi eu om. Îmi trag pantalonii pe mine la fel ca toată lumea – câte un picior pe rând – dacă nu mă grăbesc.)

Acum sunt sigur că au mai fost persoane care n-au vrut să mă ierte, dar nu mi-au spus-o în faţă. Oamenii spun de obicei: „Ah, te iert", deşi îmi poartă ranchiună până în ziua de azi. Însă, el era primul care s-a uitat în ochii mei şi mi-a spus: „Nu te iert".

Ce ai putea să răspunzi într-o asemenea situaţie? Am rămas fără cuvinte.
Am fost chiar pe cale de a-mi pierde convingerile teologice. Am urcat în maşină şi am condus spre casă simţindu-mă mizerabil! Am început „să-mi recit" ceea ce-mi spusese: „Cum ai putut tu, membru al Cruciadei pentru
Hristos, să spui aşa ceva? Cine te crezi? Cum ar putea Dumnezeu să te folosească?" Am scris un întreg imn original pe care l-am putea cânta toţi în biserică, numit: „O, vai mie". Ajuns acasă, m-am lăsat copleşit, spunându-mi iar şi iar: „Nu-i eşti de niciun folos lui Dumnezeu!"

Apoi, deodată, mi-am dat seama ce se întâmpla. Am exclamat: „Opreşte-te!" (Vorbisem, în tot acest timp, cu mine însumi.) „Am două posibilităţi. Pot să-i întorc spatele lui Hristos şi crucii, plângându-mi de milă, sau pot accept că am dat greş, să recunosc în faţa lui Dumnezeu şi a omului pe care l-am jignit (ceea ce tocmai făcusem) şi să-mi văd mai departe de viaţă, ştiind că nu mai trebuie să repet ceea ce am făcut".

Aş vrea să pot spune că am trecut imediat la fapte, dar nu a fost

aşa.
Am continuat să-mi plâng de milă o vreme.

Vă daţi seama ce am făcut? Iertarea de care aveam nevoie de la acel frate devenise o condiţie pentru a mă putea ierta pe mine însumi. Am permis altui om să-mi controleze viaţa şi relaţia cu Tatăl meu ceresc.

În cele din urmă, după ce m-am complăcut în propria mea lipsă de iertare timp de aproximativ o jumătate de oră, pur şi simplu am spus:
„Josh, e o prostie! Eşti prea deştept pentru aşa ceva!" Apoi mi s-a revelat adevărul: puterea de a mă ierta pe mine însumi are la bază moartea lui Iisus Hristos pe cruce. Am mai mărturisit încă o dată tot ce făcusem în faţa lui Dumnezeu, pentru liniştea mea personală, apoi am adăugat: „O, da, Josh, te iert". Astfel, am început să ridic „cântece de slavă" şi să păşesc pe calea credinţei.

Ei bine, fericirea mea interioară l-a tulburat efectiv pe acel frate. Lucrurile au decurs astfel cam un an. În acest răstimp, am făcut tot posibilul pentru a-mi exprima, în repetate rânduri, dragostea faţă de el, aşa cum nu o mai făcusem până atunci. Într-o zi, am reflectat din nou asupra situaţiei şi i-am spus lui Dottie: „Ştii, relaţia asta s-a vindecat. De fapt, merge mai bine acum decât oricând". Şi aşa era! în ziua următoare, în timp ce eram în maşină îndreptându-mă spre aeroport, acest frate s-a năpustit afară dintr-un magazin şi m-a oprit. Am stat acolo, chiar în mijlocul străzii... cât pe ce să fim călcaţi.

Deoarece călătoresc mult cu avionul, am obiceiul de a folosi cele câteva minute de dinainte de decolare rememorând evenimentele de peste zi, gândindu-mă la lucrurile înfăptuite Dumnezeu. De data aceasta m-au trecut sudorile când mi-am dat seama că, dacă nu luam hotărârea de a mă ierta pe mine însumi şi de a urma calea credinţei, această relaţie probabil că nu s-ar fi restabilit niciodată.

Gândeşte-te. Multe relaţii, în zilele noastre, nu se pot vindeca deoarece credincioşii nu sunt dispuşi să se ierte pe ei înşişi. Dacă nu poţi să te ierţi pe tine însuţi, vei avea parte permanent de conflicte în cadrul relaţiilor tale. Moartea lui Hristos pe cruce ne oferă dreptul iertării de sine. Trebuie să ne îndreptăm atenţia în întregime înspre faptele Sale, nu înspre ale noastre.

Iertarea se extinde, de asemenea, şi asupra celorlalţi oameni. Hal

Lindsay scrie, în *The Liberation of Planet Earth:* „Dacă Dumnezeu ne-a iertat toate păcatele, ce atitudine ar trebui să avem noi faţă de păcatele noastre şi ale celorlalţi? Pentru mine, a nu reuşi să mă iert pe mine sau pe altcineva care m-a jignit implică faptul că am un standard mai ridicat al iertării decât Dumnezeu, fiindcă oricare ar fi lucrul care m-a jignit atât de tare, Dumnezeu l-a iertat deja".50 în Evrei 10: 14, El ne învaţă: „Căci printr-o singură jertfă El a desăvârşit pentru totdeauna pe cei ce sunt sfinţiţi". Mai mult de atât nu poţi face.

Temeiul iertării, că e vorba de iertarea de sine sau iertarea unei alte persoane, este moartea lui Iisus pe cruce. Un om care refuză să ierte un alt om îşi închide calea către iertarea lui Dumnezeu.

V-aţi gândit vreodată cu adevărat la fraza revoluţionară din Rugăciunea Domnească? într-o traducere liberă, Iisus ne-a învăţat să ne rugăm: „Doamne, iartă-mă aşa cum îi iert şi eu pe ceilalţi". Am rostit Rugăciunea Domnească, prototipul rugăciunilor noastre, timp de douăzeci de ani, fără să-mi dau seama niciodată că prin ea îi cerem lui Dumnezeu să ne ierte în măsura în care şi noi îi iertăm pe ceilalţi.

Nu îţi tăia punţile de legătură îndemnul meu ar fi să îţi întipăreşti această frază în minte: „Atunci când refuz să iert, îmi tai o punte de legătură de care într-o zi voi avea nevoie". Indiferent cine eşti, vei avea nevoie de iertare din partea celorlalţi mai des decât îţi poţi închipui.

Cine suntem noi ca să iertăm? Trebuie să ierţi pe oricine te-a supărat, te-a rănit, a abuzat de tine sau te-a jignit. Şi trebuie să începi cu tovarăşul tău de viaţă. În Osea citim că atunci când soţia acestuia a devenit o prostituată, Osea s-a dus şi a cumpărat-o la licitaţie, a adus-o acasă şi a iertat-o. Nu numai că trebuie să ne iertăm partenerii de viaţă, dar trebuie să-i iertăm şi pe foştii parteneri. Atâtea persoane divorţate rămân cu sufletul răvăşit în urma relaţiei destrămate, astfel încât nu mai iartă. Nu doar că se supun unui chin sufletesc din pricină că nu vor să ierte, dar şi copiii lor suferă enorm din această cauză.

Trebuie, de asemenea, să îţi ierţi copiii atunci când fac un gest prin care te rănesc şi să uiţi incidentul.

Mulţi oameni nutresc sentimente amare faţă de părinţii lor, din cauza unui incest, a unui divorţ, a unui abuz sau a alcoolismului. Nu e o întâmplare că te-ai născut din aceşti părinţi – Dumnezeu i-a ales special pentru tine. Indiferent cât de rea a fost situaţia, Dumnezeu o poate îndrepta înspre folosul tău, iar tu trebuie să le acorzi părinţilor

tăi iertarea. Dincolo de spiritul biblic al unei asemenea atitudini, am ajuns să cunosc importanţa acestui fapt din proprie experienţă.

Trebuie să-i ierţi pe cei din familia ta. Fratele meu mai mare, Wilmot, era favoritul părinţilor mei, şi totuşi, atunci când a plecat de la fermă, i-a dat în judecată pentru a obţine jumătate din avere. Ani la rând nu am putut să-l sufăr pentru că o rănise atât de tare pe mama şi făcuse din problemele familiei un spectacol public atât de umilitor.

Nu mult după ce am devenit creştin, Dumnezeu m-a făcut conştient despre resentimentul pe care i-l purtam lui Wilmot. Astfel că i-am scris fratelui meu o scrisoare – exemplul perfect al modului în care nu trebuie să acorzi iertarea cuiva. Am scris cinci pagini. Primele patru pagini şi nouă zecimi din a cincea erau o înşiruire a tuturor greşelilor lui, pentru care avea nevoie de iertare. Am adăugat inclusiv „fermecătoarea”.

propoziţie: „Ai omorât-o pe mama”, fiindcă ştiam că aşa fusese. Între abuzurile săvârşite la beţie de tatăl meu şi procesul intentat de Wilmot, mama renunţase pur şi simplu la dorinţa de a mai trăi.

Am încheiat ultima pagină scriind: „L-am cunoscut în mod personal pe Iisus Hristos şi vreau să ştii că te iert”. Am semnat şi am adăugat un

P.S.: „Nu vreau să te mai văd niciodată”.

Ei bine, credeam că după ce ierţi pe cineva trebuie să te simţi mai bine, dar eu mă simţeam groaznic! în cele din urmă, a trebuit să recunosc că dădusem greş şi m-am trezit cerându-mi iertare pentru felul în care iertasem (nu sunt prea mulţi cei care fac aşa ceva). Am cumpărat o carte poştală, ca să nu mă extind. Am scris în cuvinte simple: „Wilmot, te iert şi te iubesc. Josh”. În Fapte 7, citim că atunci când a fost ucis cu pietre, Ştefan a strigat: „Doamne, nu le ţine în seamă păcatul acesta!”

(versetul 60). Trebuie să învăţăm cum îi putem ierta pe cei care se fac vinovaţi faţă de noi.

Chinurile iertării

Goldie Briston nu a aflat că fiica ei în vârstă de douăzeci şi unu de ani fusese violată şi ucisă cu bestialitate decât atunci când a primit o scurtă telegramă de la medicul legist. Aceasta îi comunica: „Fiica dumneavoastră, Diane – cadavrul ei e la noi. Ce doriţi să faceţi cu el?”

După înmormântare, Dumnezeu le-a dat celor din familie gândul de a se ruga pentru ucigaş. Acesta fusese prins, iar Goldie a primit

permisiunea de a-l vizita în închisoarea federală. Acolo, l-a privit în faţă pe individ şi i-a spus: „Te iert”.

Trebuie să-i iertăm chiar şi pe oamenii care le fac rău celor ce ne sunt cei mai dragi. Femeia cu care era căsătorit de şase luni un frate drag mie, care lucrase mai mulţi ani în aceeaşi echipă cu mine, a fost omorâtă de un şofer beat. Charlie s-a dus la acel om şi l-a iertat pentru că îi omorâse soţia, iar eu a trebuit, la rândul meu, să iau hotărârea de a-l ierta în sufletul meu.

Unii dintre noi suntem bântuiţi de amintirea unor oameni care au murit fără să le fi acordat iertarea. Trebuie să-i iertăm pe cei din trecutul nostru. Este necesar, de asemenea, să-i iertăm pe semenii noştri care ne persecută, ne intimidează, ne hărţuiesc, ne atacă şi ne necăjesc. Mai întâi, trebuie să avem certitudinea că problema reală se află de partea celeilalte persoane şi că nu ţine de anumite gesturi de-ale noastre. Însă, o dată ce ne dăm seama că nu suntem trataţi corect şi le aducem la cunoştinţă celor implicaţi poziţia noastră, putem să dobândim iertarea, să cerem de la Dumnezeu iertarea lor şi să îi amintim în rugăciunile noastre.

Societatea în care trăim ne spune: „Aveţi drepturi. Cereţi-vă drepturile!”
Însă Dumnezeu ne cere să-i iertăm pe cei care ne încalcă drepturile, fie că e vorba despre reputaţie, timp, finanţe, confort sau orice altceva.
Aici intră totul, de la insulte, la dezaprobare şi respingere – totul. „Iert tot, *în afară de...”* nu înseamnă iertare cu adevărat. De iertare depinde relaţia noastră cu Dumnezeu Tatăl, cu noi înşine şi cu ceilalţi. Este atotcuprinzătoare şi veşnică.

Înseninarea

Te întrebi, probabil: „Când să acord iertarea?” Pavel ne sfătuieşte în
Efeseni 4: 26: „Să nu apună soarele peste mânia voastră”. Biblia nu ne interzice să ne mâniem, ci ne îndeamnă să o ţinem sub control. Părerea mea este că, dacă te culci „supărat”, vei fi controlat de propria-ţi mânie, în esenţă, iertarea ar trebui acordată, extinsă sau primită *imediat.* Durata scursă între momentul vătămării şi cel în care acordăm iertarea este un adevărat indicator al disponibilităţii de a urma calea lui Dumnezeu.

Când e vorba despre oameni, trebuie să-i ierţi sau să le ceri iertarea ori de câte ori prin aceasta îi ajuţi, îi faci fericiţi sau îi

încurajezi.
Un tânăr, pe nume Matt, a făcut, într-o discuţie cu prietenul său, câteva remarci despre comportamentul uneori îndoielnic al unui preot din localitate. Când a ajuns acasă, şi-a dat seama că observaţiile sale fuseseră deplasate şi l-a sunat pe prietenul său. I-a spus: „Unul dintre lucrurile care mă îngrijorează cel mai mult este dezbinarea înăuntrul trupului lui Hristos, şi iată că m-am trezit spunând lucruri menite să dezbine. Îmi pare rău că te-am supus la aşa ceva şi sper că mă vei ierta”.
Prietenul lui i-a răspuns: „Să ştii că nici nu mi-a trecut prin gând, dar ai dreptate – nu ar fi trebuit să spui astfel de lucruri. Fireşte că te iert. Îţi mulţumesc că mi-ai spus”.

Uneori însă o mărturisire făcută de îndată poate să nu constituie o încurajare pentru ceilalţi, fiindcă aceştia nu sunt pregătiţi sufleteşte. S-ar putea ca voi să aveţi nevoie de câteva zile pentru a depăşi problema pe plan personal, şi abia apoi să vă confruntaţi cu ceilalţi.

În esenţă

Avem trei resurse ale iertării. Prima este modelul nostru, Iisus Hristos, şi puterea Lui de a ierta. A doua este Duhul Sfânt, care ne împuterniceşte să iertăm – nu putem ierta în numele nostru. Cu cât căutăm să ne umplem de Duh, cu atât vom deveni mai capabili de iertare.
A treia resursă a iertării este îndrumarea pe care ne-o dă Cuvântul lui Dumnezeu.

Sunt, astfel, trei aspecte asupra cărora ne putem îndrepta atenţia şi care ne pot fi de folos în încercarea de a cuprinde semnificaţia iertării şi de a o aplica în viaţa noastră cotidiană. Mai întâi, trebuie să fim conştienţi de profunzimea iertării lui Hristos. El a făcut un singur sacrificiu pentru *toate* păcatele şi pentru *toată* veşnicia. Apoi, oricât am încerca, iertarea nu este o sumă a eforturilor noastre. Dacă îl privim pe
Iisus ca fiind temeiul iertării noastre, ne dăm repede seama că aceasta nu poate fi cucerită. În Romani 1: 17, ni se spune că ajungem „prin credinţă la credinţă”, fapt care, după opinia mea, înseamnă că ne începem viaţa de creştini prin credinţă şi trăim întru credinţă. Eu ştiu că am început prin credinţă, dar de atâtea ori mă las pradă dorinţei de a trăi prin faptele mele.

Al treilea aspect asupra căruia trebuie să ne concentrăm este

propria noastră nevoie de iertare. Uneori mă surprind pe mine însumi. O persoană mă ofensează, iar eu uit complet de faptul că am fost vreodată iertat de către cineva. Mă comport, uneori, ca un adevărat tăvălug, şi, având personalitatea pe care o am, se impune să fiu iertat incomparabil mai mult decât voi putea eu ierta vreodată. Atunci când mă concentrez asupra nevoii mele de iertare, nu pot pierde din vedere nici necesitatea de a-i ierta pe ceilalţi.

Ce nu înseamnă iertarea

Iertarea nu presupune a spune doar: „Păi, îmi pare rău”. Când procedezi aşa, recunoşti problema, dar nu îţi asumi şi responsabilitatea pe care o ai de a o rezolva. Pentru a obţine iertarea trebuie să spunem:
„Îmi pare rău. Mă ierţi?” Mie îmi place, de asemenea, să specific clar lucrul pentru care îmi cer iertare.

Iertarea nu este condiţionată şi nu poate fi câştigată. Nu-i poţi cere cuiva să se schimbe: „Dacă îţi faci ordine în viaţă, poate că te voi ierta”.
Adevărata iertare nu are clauze.

Iertarea nu este un sentiment. Au fost momente în care simţeam că nu pot ierta, şi a trebuit să apelez la credinţă. Însă nu îmi aduc aminte să se fi întâmplat vreodată ca, acordând iertarea în numele credinţei, să nu dobândesc şi sentimentul ei, mai pe urmă. Iertarea este un act de voinţă.

Iertarea înseamnă a nu ţine socoteala. N-ai cum să ţii minte, de fiecare dată, ce s-a întâmplat, crezând, în acelaşi timp, că te manifeşti în spiritul iertării. Pavel ne reaminteşte în 1 Corinteni 13: 5 că dragostea
„Nu se gândeşte la rău”, ceea ce înseamnă că trebuie să-i iubim pe ceilalţi şi să le răspundem la fel ca şi înainte de a ne fi greşit.

Iertarea nu înseamnă a ne preface că întâmplarea nu a avut loc.
De atâtea ori oamenii îşi continuă viaţa şi se comportă de parcă nu ar fi existat niciodată vreo problemă. Dacă acesta e modul în care te confrunţi cu o situaţie problematică, să nu fii surprins când se vor ivi noi tulburări.

Iertarea nu înseamnă indiferenţă. Dacă atitudinea ta este: „Şi ce dacă?”, înseamnă că ignori un conflict care necesită o rezolvare.
O asemenea indiferenţă denotă superficialitate.

Iertarea nu înseamnă a trece cu vederea greşeala. Numai fiindcă

te-ai vindecat prin iertare de sentimentul rănit, nu înseamnă că trebuie să treci cu vederea o atitudine greşită.

Iertarea nu înseamnă a spune: „Hai să uităm ce s-a întâmplat”. Aşa ceva nu se uită. Mai degrabă, devine o sursă de tensiune şi resentimente.

Uitarea nu duce la iertare. Este exact invers: iertarea duce la uitare.

Iertarea nu înseamnă a fi îngăduitor. A tolera la nesfârşit aceeaşi problemă nu este o rezolvare şi nu foloseşte unei relaţii.

Prin iertare nu se doreşte administrarea unei lecţii celui care a greşit.

Iertarea nu presupune absenţa consecinţelor. Există în continuare posibilitatea unei reputaţii ştirbite, a unei pierderi financiare, a unui sentiment rănit, a unor insomnii, sau a nenumărate altor consecinţe.

Trebuie să înţelegem că o persoană care greşeşte are o responsabilitate *de ordin personal* şi o responsabilitate *de ordin legal.* Dacă ierţi pe cineva, înseamnă că ai ajuns la o rezolvare în plan personal, dar persoana respectivă mai are de răspuns şi în faţa lui Dumnezeu. îl poţi ierta fiindcă ţi-a lovit maşina pe şoferul care nu are asigurare, dar el va trebui să suporte şi rigorile legii.

Iertarea nu presupune ca persoana pe care o ierţi să se schimbe. Indiferent dacă acea persoană se va schimba sau nu, porunca lui Dumnezeu este să iertăm; nu tu eşti răspunzător pentru faptele altuia.

În sfârşit, iertarea are în vedere răni ale trecutului, dar nu te poate apăra împotriva unor suferinţe care urmează. Dar, dacă poţi să ierţi acum, vei putea înfrunta mai bine conflictele şi suferinţele care vin.

Intimitatea într-o căsnicie nu înseamnă a-l feri de orice supărare pe partenerul tău. Dacă ar fi aşa, niciuna dintre căsătoriile noastre nu ar putea supravieţui vreodată. De fapt, intimitatea depinde de disponibilitatea noastră de a ierta şi de a cere iertare. Cei care citează replica din romanul *Love Story:* „A iubi înseamnă să nu spui niciodată îmi pare rău”, dovedesc o înţelegere limitată a naturii intimităţii dintr-o relaţie. Doi oameni *vor avea parte* de experienţe conflictuale într-o relaţie, dar iubirea adevărată este întotdeauna gata de iertare. A-ţi cere iertare într-o relaţie matură nu înseamnă a te expune la abuzuri.

Dimpotrivă, când îmi cer iertare de la Dottie pentru ceva anume, am

garanţia că ea nu va profita de vulnerabilitatea mea.

Ce înseamnă iertarea

Acum, că am văzut ce nu este iertarea, să aruncăm o privire asupra a ceea ce este iertarea. Întâi de toate, iertarea este o expresie a tăriei, şi nu a slăbiciunii. Bărbaţii, mai mult decât femeile, se tem că, iertând sau cerându-şi iertare, ar da dovadă de slăbiciune, fapt care le-ar afecta imaginea virilă.

Iertarea este expresia iubirii care ia iniţiativa. V-a trecut vreodată prin minte gândul următor: *De ce s-o iert, nu mi-a cerut iertare!* Dar dragostea lui Dumnezeu ne obligă să facem noi primul pas. În 1 Ioan
4: 10, citim: „Şi dragostea stă nu în faptul că noi am iubit pe Dumnezeu, ci că El ne-a iubit şi a trimis pe Fiul Său ca o jertfă de ispăşire pentru păcatele noastre". Dacă Dumnezeu ar fi aşteptat ca noi să ne căim şi să ne cerem iertare, ne-am mai fi aflat încă sub spectrul pierzării. Iar dacă aştepţi ca celălalt să ţi se confeseze şi să îţi ceară iertare, îi permiţi prin aceasta să îţi controleze viaţa.

Iisus a spus: „Deci, dacă-ţi aduci darul la altar şi acolo îţi aduci aminte că fratele tău are ceva împotriva ta, lasă-ţi darul acolo înaintea altarului şi du-te întâi şi împacă-te cu fratele tău; apoi vino şi adu-ţi darul".
(Matei 5: 23 – 24). Aici, Dumnezeu ne spune limpede că vrea ca tu să iei iniţiativa, indiferent de cine este cel care are nevoie de iertare – El nu vrea nici măcar să i te închini câtă vreme există o relaţie pe care nu ai încercat să o îndrepţi. Dacă oamenii ar respecta această învăţătură biblică şi nu ar mai veni la biserică din cauza faptului că au refuzat să ceară sau să ofere iertare, mă întreb câţi ar mai apărea duminica următoare la slujba de dimineaţă.

Iertarea are în vedere trei scopuri. Primul se regăseşte în cuvintele lui
Iisus, pe care tocmai le-am menţionat. *împăcarea* între doi oameni. Al doilea scop îl aflăm în Coloseni 3: 12 – 15: „Şi pacea lui Dumnezeu, la care aţi fost chemaţi ca să alcătuiţi un singur trup, să stăpânească în inimile voastre; şi fiţi mulţumitori". Iertarea contribuie la *unitatea trupului lui*
Hristos. Un al treilea obiectiv este *vindecarea în plan afectiv* – una dintre cele mai puternice căi prin care dragostea lui Iisus Hristos se poate manifesta într-o lume al cărei spirit a rămas treaz.

De ce nu iertăm?

Acum, pentru a înţelege mai bine în ce fel putem ajunge să iertăm în viaţa de zi cu zi, să ne oprim asupra câtorva dintre motivele care ne împiedică să luăm o astfel de hotărâre.

Nesiguranţa este, fără îndoială, unul dintre ele. Dacă resimţim o oarecare nesiguranţă în raport cu noi înşine sau cu Dumnezeu, vom căuta de fiecare dată să fim categorici. „A-i face figura" cuiva, neacordându-i iertarea, poate fi sursa unui fals sentiment de siguranţă.

A purta pică este un alt motiv pentru care nu iertăm. În Efeseni 4: 30
şi 32 suntem îndemnaţi să nu adunăm amărăciune, deşi cu toţii ştim că există o anumită plăcere în a nutri un asemenea sentiment negativ.

Cu câţiva ani în urmă, am vorbit la Cal-Poly, Pomona, California, pe tema revoluţiei pe care o aduce iubirea. După discursul meu, o femeie de culoare a venit la mine. (Menţionez că era neagră, fiindcă oamenii de culoare au, în societatea noastră, mult mai multe surse de amărăciune şi resentimente decât va avea vreodată o persoană albă. Cei mai mulţi dintre albi nici nu pot ajunge să se identifice cu frustrările şi nedreptăţile trăite de negri.) Mi-a spus: „Ştiţi, domnule McDowell, am apreciat foarte mult ceea ce ne-aţi spus azi, dar nu mi-aş dori să am faţă de oameni iubirea pe care o aveţi dumneavoastră faţă de mine".

M-a şocat, efectiv! „De ce nu?", am întrebat.

„Fiindcă", mi-a răspuns, „vreau să am bucuria de a-i urî pe cei ce mă urăsc!"

Unii oameni sunt stimulaţi o viaţă întreagă de sentimente negative.
Câteva dintre cele mai cunoscute fapte ale istoriei au fost săvârşite în virtutea unui sentiment de duşmănie. Un motiv pentru care nu iertăm este acela că ne place să ne exercităm „dreptul la resentiment".

Invidia este un alt motiv frecvent pentru care nu acordăm iertarea. Ura regelui Saul faţă de David îşi avea rădăcinile în invidie; nu suntem dispuşi să iertăm pe cineva care deţine un lucru ce credem că ni se cuvine. Când cuiva îi merge mai bine decât ne merge, probabil, nouă, avem în esenţă convingerea că persoana respectivă nu merită iertarea noastră.

Frica este încă un motiv pentru care oamenii nu iartă. Trebuie să înţelegi că atunci când ierţi pe cineva devenii vulnerabil. Se poate

întâmpla să nu ierţi o persoană fiindcă eşti păţit şi ţi-e frică să nu suferi din nou. Aici se vede cât de sănătoasă este imaginea despre tine însuţi. Până nu vei putea să te priveşti aşa cum te priveşte Dumnezeu – nici mai mult nici mai puţin – nu vei fi dispus să te expui. Însă, atunci când te oferi să vindeci o relaţie, acţionezi corect în ochii lui Dumnezeu, indiferent dacă gestul tău este respins sau nu de către o persoană.

Autocompătimirea ne poate împiedica să iertăm. „Ah, am suferit mai mult decât oricine şi efectiv nu mai pot ierta!”, este argumentul celui aflat într-o asemenea postură. Dar, Epistola către Romani 8: 28 ne asigură că Dumnezeu face ca toate lucrurile (chiar şi cele rele) să lucreze împreună spre binele acelora care-l iubesc, iar prin autocompătimire punem judecata noastră mai presus de cea a lui Dumnezeu. Spunem, de fapt: „Dumnezeule, acest lucru nu poate lucra împreună spre binele cuiva, iar Tu nu ai puterea de a face ceva în privinţa asta”.

A nu ne recunoaşte vina este un alt mod frecvent întâlnit de a ne eschiva de la iertare. Sentimentul că „am fost îndreptăţit, am avut dreptate să fac ceea ce am făcut” a văduvit un număr foarte mare de oameni de experienţa iertării şi a distrus nenumărate relaţii.

Mânia nedisimulată vă împiedică să iertaţi. Nu te supără cu nimic faptul că şi altcineva păţeşte acelaşi lucru, însă ţi se pare inacceptabil să fii tu însuţi în situaţia cu pricina! Epistola către Efeseni 4: 26 ne spune:
„Să nu apună soarele peste mânia voastră”. Şi vă rog să remarcaţi că aceasta este o poruncă, nu o simplă sugestie.

Mândria este o altă reacţie care exclude iertarea. Prin mândrie spunem:
„Nu am nevoie de această relaţie; nu am nevoie de acest om”.

A nu putea să uiţi este încă un motiv pentru care nu vei ierta. A uita nu înseamnă doar neputinţa de a-ţi aminti o situaţie. Eu cred că a uita înseamnă să ignori sau să laşi la o parte incidentul, refuzând să te cramponezi de suferinţele de ieri, pentru a nu rata bucuriile de azi.

Dacă lucrezi în domeniul auto, gândeşte-te că, atunci când uiţi, e ca şi cum nu ai parcurge în totalitate distanţa până la o anume destinaţie.
Sau, dacă ai crescut la ţară, aşa ca mine, gândeşte-te că a uita e ca şi cum nu ai mulge o situaţie până la ultimele ei consecinţe. Uitarea înseamnă să nu alcătuim liste cu greşeli. A uita înseamnă să punem

problema deoparte pe raft, lăsând să se adune praful pe ea. Iar când se iveşte din nou o situaţie similară, poţi arunca o privire spre raft pentru a-ţi aminti ce nu trebuie să faci, dând apoi din nou totul uitării.

A uita înseamnă a ieşi de sub dominaţia suferinţei şi a dorinţei de răzbunare.

Atunci când studiez un subiect, Dumnezeu se foloseşte de obicei de ocazie pentru a-mi corecta treptat paşii pe drumul pe care-l fac alături de El. Când am studiat despre iertare, am descoperit ce greşeam şi ce făceam bine. Dumnezeu m-a încurajat în ceea ce făceam bine şi m-a făcut conştient despre lucrurile pe care trebuia să le îndrept.

Acum, când apar probleme, pot să mă uit pe raftul unde am pus suferinţele trecute, să învăţ ceva din ele şi să spun: „Am greşit, dar Hristos a murit pentru asta". Apoi, să aşez totul înapoi pe raft şi să păşesc întru credinţă – mai pregătit să fac faţă viitoarelor suferinţe. Astfel lucrează Dumnezeu pentru a face din mine un om mai bun.

Henry Ward Beecher spune că expresia: „Pot ierta, dar nu pot uita".
este doar un alt fel de a spune „Nu pot ierta".

Lipsa de merit este încă un motiv pentru care nu iertăm. Noi decidem că o persoană nu merită să fie iertată. Biblia însă nu ne-a dat opţiunea unei asemenea judecăţi. Se spune: „Iertaţi". Punct! Ce am făcut noi pentru a merita iertarea lui Hristos?

Ofensa repetată este un alt motiv clasic din cauza căruia nu izbutim să iertăm. „Te-am iertat deja de cinci ori, aşa că nu te mai iert. Dacă te iert iarăşi, o vei face din nou, şi atunci nimic nu mai are valoare".
Mi s-a întâmplat, chiar, să am acest sentiment faţă de un frate şi m-am gândit că ar trebui să primească o lecţie înainte de a fi iertat. Acordând cu generozitate iertarea, iar şi iar, punem în lumină iertarea fără limite pe care ne-o oferă Dumnezeu prin Hristos. Însă conştiinţa că Dumnezeu ne va ierta nu implică faptul că putem păcătui în mod deliberat. Ci doar că atunci când greşim Dumnezeu ne iartă şi ne primeşte înapoi fără rezerve.

Pe vremea lui Hristos, se încetăţenise, printre rabini, ideea că un om putea fi iertat de patru ori, nu mai mult. Unii cărturari mai generoşi puteau urca până la de şapte ori, dar aceasta era considerată o atitudine radicală. Vă puteţi imagina, atunci, scena în care Petru l-a

întrebat pe
Iisus de câte ori trebuie să-l ierte pe fratele său. Petru se aştepta să-l Impresioneze pe Iisus prin spiritualitatea sa şi prin dorinţa de a ierta, expunându-şi virtutea religioasă: „Până la şapte ori?"

Aproape că-l şi vedem pe Petru cu pieptul scos şi cu un zâmbet satisfăcut pe faţă, aşteptând ca Iisus să-l bată uşor cu palma pe spate şi să-i spună: „O, nu, Petru! Apreciez mult profunzimea spiritualităţii tale, dar de două-trei ori este cât se poate de ajuns!"

Dar Iisus se întoarce spre Petru şi îi spune: „Eu nu-ţi zic până la şapte ori, ci până la şaptezeci de ori câte şapte". Şi atunci, parcă-l auzim pe Petru, care răspunde, bâlbâindu-se: „O, Doamne, vrei să repeţi? Ai spus de 490 de ori?" Numărul nu are importanţă pentru Iisus; pe El îl interesează o atitudine iertătoare şi o dorinţă neţărmurită de a vindeca o relaţie. Acest lucru contrazice toate preceptele lumii şi ne refuză posibilitatea de a face apel la drepturi pe care să ni le arogăm după ce suntem jigniţi de două sau trei ori. Reacţia noastră firească este să renunţăm la cineva, după câteva încercări. Trebuie să ajungem la iertare prin credinţă, chiar şi atunci când nu dorim acest lucru.

Răzbunarea este uneori motivul nostru atunci când nu vrem să iertăm.
Ne dorim pur şi simplu să-l vedem pe acel om eşuând într-un proiect important sau într-o relaţie. Vrem să provocăm în viaţa lui o suferinţă la fel de mare sau mai mare decât cea pe care a provocat-o el în viaţa noastră. Însă Biblia ne învaţă: „Nu răsplătiţi nimănui rău pentru rău.
Urmăriţi ce este bine în faţa tuturor oamenilor. Dacă este posibil, atât cât depinde de voi, trăiţi în pace cu toţi oamenii" (Romani 12: 17 – 18).
Dumnezeu spune, în Evrei: „A mea este răzbunarea, Eu voi răsplăti".

Lipsa tăriei este ultimul motiv pentru care nu vrem să iertăm. În urma unei jigniri profunde, putem să simţim pur şi simplu că nu suntem destul de puternici din punct de vedere emoţional pentru a spune în mod sincer: „Te iert".

Irezistibila forţă

Corrie ten Boom şi sora ei, pe care o iubea şi o admira foarte mult, au fost deţinute în lagărul de concentrare al lui Hitler de la Ravensbruk.
Unul dintre gardieni se dovedea extrem de brutal cu ele. Corrie putea suporta faptul că era tratată rău, dar nu putea să îndure brutalitatea

acestui gardian faţă de sora ei, care a şi murit în cele din urmă din cauza bătăilor. Peste ani, un puternic resentiment împotriva acestui gardian neamţ a crescut în sufletul lui Corrie.

După război, Corrie s-a dus în Germania nu numai pentru a duce un mesaj de iertare, ci pentru *a ţi* un mesaj de iertare. Vina apăsa greu asupra poporului german, iar cei prezenţi au intrat şi au ieşit în tăcere din biserica din Berlin unde vorbise ea. Unul dintre oamenii care îşi aşteptau rândul ca să o felicite după slujbă era gardianul care o bătuse pe sora ei. S-a apropiat de ea şi i-a spus: „Îţi sunt recunoscător pentru mesajul din seara asta. Am venit să-l cunosc pe Iisus Hristos ca Mântuitor şi Domn al meu şi am venit să-ţi cer iertare pentru cruzimile pe care le-am săvârşit în lagărul acela de prizonieri".

Corrie tocmai ţinuse un discurs despre iertare. Şi totuşi, când l-a recunoscut în bărbatul respectiv pe cel care o maltratase cu atâta cruzime pe sora ei, sufletul i-a fost cuprins de resentimente. Bărbatul stătea acolo cu mâna întinsă, însă Corrie nu găsea puterea de a i-o strânge. El a repetat: „Corrie, mă ierţi?" Un strigăt se năştea în fiinţa ei lăuntrică:
„O, Dumnezeule, ajută-mă!" şi a început să îi mulţumească lui Dumnezeu pentru faptul că dragostea Lui este mai puternică decât resentimentul şi ura pe care le nutrea. Dintr-odată, a simţit cum o căldură o străbate prin tot trupul, în timp ce Duhul Sfânt i-a umplut inima cu dragostea lui
Dumnezeu. Înainte de a-şi da seama ce face, i-a întins mâna bărbatului, s-a uitat în ochii lui şi i-a spus: „Te iert pentru tot".

Dumnezeu mi-a readus de multe ori în memorie acest episod din viaţa lui Corrie ten Boom, tocmai atunci când aveam nevoie să ajung la credinţă şi iertare. Nu pot da o explicaţie clară, dar puterea de a ierta vine întotdeauna atunci când te deschizi. Duhul Sfânt este prezent când suntem slabi, pentru a ne da suficientă tărie încât să iertăm orice.

A acorda şi a primi iertare reprezintă, astăzi, forţa cea mai însemnată în rezolvarea conflictelor. Lumea întreagă are mai multă nevoie de ea ca oricând. A arăta lumii însuşirile lui Hristos prin faptul că eşti o persoană care iartă este unul dintre cele mai puternice acte de mărturisire pe care le poţi face.

Există o rugăciune pe care de multe ori i-am adresat-o lui Dumnezeu, pentru a face din mine o persoană iertătoare. Aceasta sună

aşa:

„Tată Ceresc, îţi mulţumesc pentru iertare. Îţi mulţumesc pentru că Iisus Hristos a murit pe cruce pentru păcatele mele, ca să pot fi în întregime iertat. Îţi mulţumesc că atunci când mi-am pus credinţa în Hristos, păcatele mele au fost iertate datorită Lui, şi nu datorită faptelor mele. Tată, arată-mi cum să mă iert pe mine însumi şi pe cei din jurul meu. Vreau să iert aşa cum o faci Tu şi vreau să am iniţiativa de a ierta.

Dă-mi puterea de a-mi înfrânge mândria şi de a-mi cere iertare atunci când greşesc. Vindecă-mă de resentimente.

Doamne, pedepseşte-mă atunci când am nevoie de pedeapsă, vindecă-mă când am nevoie de vindecare, dă-mi necazuri când am nevoie de necazuri, mângâiere când am nevoie de mângâiere. Îngăduie-mi să fiu vasul comunicant al iertării Tale înspre lume. În numele lui Iisus, Amin”.

Subiecte de meditaţie

— De ce este iertarea fundamentul relaţiilor profunde şi de durată?

— Ce putem face pentru a înţelege semnificaţia iertării şi a o aplica în propria noastră viaţă?

— Care sunt cele câteva motive pentru care nu iertăm?

— Ce spune Biblia despre iertare?

ALTE SURSE UTILE:

Augsburger, David. *Caring Enough to Forgive.* Ventura, Calif.: Regal Books.

1981

— *The Freedom of Forgiveness.* Chicago: Moody Press, 1970

Bristol, Goldie with Carol McGinnis. *When It’s Hard to Forgive.* Wheaton, 111.

Victor Books, 1982.

McDowell, Josh. *His Image… My Image.* San Bernardino, Calif.: Here’s Life

Pubs., 1984.

Lockerbie, Jeanette. *Forgive, Forget and Be Free.* San Bernardino, Calif.

Here’s Life Pubs., 1984.

Walters, Richard P. *Forgive and Be Free.* Grand Rapids: Zondervan, 1983.

Care aspect al vieţii tale ai spune că te preocupă în mod special?

Studiile arată că bărbaţii sunt foarte atenţi la importanţa care li se acordă. Dacă o soţie îşi minimalizează bărbatul în vreun fel şi îi ştirbeşte prestigiul, se poate aştepta ca acesta să se retragă în sine sau să se supere.

Femeile, pe de altă parte, pun preţ pe siguranţă. Ele au nevoie de siguranţa unui venit adecvat, a unui mediu în care să se simtă protejate, însă, mai mult decât orice, o soţie are nevoie de siguranţa pe care i-o dă faptul că poate avea încredere în soţul ei. Când este sigură, va fi cruţată de tensiune în multe privinţe.

În mod straniu, a fi demn de încredere este o calitate a tăriei de caracter pe care nu se mai pune prea mult accent în zilele noastre.
Cu toate acestea, puterea de a inspira încredere stă la baza unei iubiri, a unei căsnicii şi a unei relaţii sexuale de durată şi profunde.

O identitate comună

Pentru a dobândi intimitate, un cuplu trebuie să aibă o identitate comună – o relaţie „a noastră”. Cuplul trebuie să facă totul în spiritul onestităţii şi al sincerităţii, iar soţii să accepte să fie vulnerabili unul în faţa celuilalt. Fără factorul încredere, nu poate exista onestitate şi apropiere.

Un prieten a simţit că soţia lui era atrasă fizic şi emoţional de un coleg de-al ei de muncă. Soţul a făcut tot ce i-a stat în putinţă să-şi arate dragostea, ajutând-o în situaţii dificile şi arătându-i că ţine cu adevărat la ea. Liniştea pe care i-o dădea dragostea necondiţionată a soţului ei şi devotamentul său faţă de ea a făcut-o să aibă destulă încredere încât să-i mărturisească frământarea ei interioară. În loc să o condamne, a încredinţat-o de sprijinul lui, prin rugăciune, în încercarea de a-şi pune ordine în sentimente. După câteva săptămâni, au putut să pună bazele unei noi relaţii de dragoste şi încredere atât de puternice, încât potenţialul intrus a fost îndepărtat.

Ei bine, dacă nu ai convingerea că partenerul tău îţi este fidel, că este demn de încredere şi că are cele mai bune gânduri despre voi şi pentru voi, este aproape imposibil să fii deschis şi să cultivi o relaţie profundă şi de durată. Chiar dacă trăiţi în aceeaşi casă, veţi fi amândoi extrem de singuri.

Referindu-se la o astfel de singurătate, Richard Strauss scrie:
„Singurătatea este un lucru cumplit. Este senzaţia de gol, incompletitudine, lipsă de comuniune, lipsă de sprijin reciproc.

Singurătatea înseamnă lipsa ocaziei de a te împărtăşi cuiva care să te înţeleagă – cineva împreună cu care să te bucuri de un devotament şi o încredere reciproce”.51

Asemenea caracterului unui om, încrederea nu este produsul unui şir de aventuri de o noapte. Ea se dezvoltă într-o perioadă îndelungată. Şi tot mai mulţi oameni capătă conştiinţa nevoii de a consolida încrederea într-o relaţie, în special atunci când speră ca aceasta să capete o importanţă deosebită.

Un student a mărturisit: „De cele mai multe ori, când eram în pat cu cineva, îmi doream să nu fi ajuns niciodată aşa departe. Când ajungeam la punctul în care îmi dădeam seama că voi petrece noaptea cu ea, totul se înrăutăţea. Pur şi simplu mă prefăceam. Erau momente în care tot ceea ce doream era să grăbesc lucrurile, ca să se termine mai repede.

Am încetat să mai calc pe alături atunci când am realizat că sexul nu e plăcut decât atunci când intervine încrederea şi dragostea. În lipsa acestora, chiar nu merită osteneala”.52

Lonnie Barbach, un psiholog specialist în probleme sociale, şi Linda

Levine, psihoterapeută, au observat în şedinţele lor de consiliere că puterea de a inspira încredere este un factor care face posibilă libertatea şi dă naştere ataşamentului: „Femeile implicate într-o relaţie în care se bucură de siguranţă şi de atenţie declară că se simt mai puţin timide şi sunt mai capabile să se lase în voia unei experienţe senzuale, fiindcă au încredere în partenerii lor şi se simt acceptate de aceştia”.53

Cred că puterea de a inspira încredere este doar un reflex al imaginii despre noi pe care o purtăm în adâncul nostru şi al lucrurilor pe care le cunoaştem despre noi înşine. Este nevoie de timp pentru a dezvolta în caracterul nostru o asemenea calitate.

Libertatea are nevoie de încredere

Este evident că factorul încredere este de o importanţă vitală în ce priveşte relaţia trupească. Dacă eşti capabil să înveţi cum să îţi înfrânezi viaţa sexuală înainte de căsătorie, vei reuşi să o faci şi în cadrul căsniciei.

Cei care se abţin de la activitatea sexuală până la nuntă îşi sporesc încrederea unul în altul. Sexul, aşa cum l-a dat Dumnezeu, implică o abandonare totală în braţele celuilalt. Nu e nevoie să treacă prea mult ca să ne dăm seama că, dacă există orice fel de neîncredere într-o

relaţie, intimitatea, apropierea şi totala abandonare faţă de partener sunt extrem de greu de atins.

Un bărbat din Indiana şi-a pierdut soţia într-un accident de maşină, iar după câţiva ani a început din nou să iasă în lume. În cele din urmă, s-a îndrăgostit şi s-a gândit să se recăsătorească. Dar din motive independente de ei, cei doi au trebuit să aştepte aproape doi ani. Deşi cunoscuse plăcerea sexului în cadrul primei căsnicii, el nu a trecut niciodată de stadiul sărutului de rămas bun, în tot acest timp de aşteptare.

După ce s-au căsătorit, femeia s-a arătat foarte mândră de comportarea lui. Ea a spus: „Erau momente în care i-ar fi fost atât de uşor să se lase în voia simţurilor fireşti, însă niciodată nu a lăsat garda jos. Nu există niciunde în lume un om în care să am mai mare încredere decât în soţul meu. Este mult timp plecat cu afaceri, dar aş avea încredere în el şi dacă ar fi singurul bărbat pe o insulă tropicală între cinci sute de femei dezbrăcate”. Autocontrolul său a avut o importanţă enormă pentru căsnicia lor.

A pune o temelie

Burlac fiind, nu mi-am dat niciodată seama ce influenţă asupra relaţiei cu soţia mea aveau să aibă fostele mele legături amoroase. Nimeni nu mi-a spus vreodată că experienţele trăite alături de alte femei îmi vor influenţa în mod direct bucuria şi fericirea din căsnicie. Pe vremea liceului, am avut o prietenă pe nume Paula. Fuseserăm prieteni vreme de trei ani şi jumătate şi ajunsesem aproape de căsătorie. Deşi ne potriveam foarte bine, ne înţelegeam şi ne respectam enorm, lipsea deplinătatea unei iubiri venite de la Dumnezeu. Până la urmă ne-am despărţit şi am rămas foarte buni prieteni.

Trei ani mai târziu, am întâlnit-o pe Dottie şi, nu mult după ce ne-am căsătorit, ea a cunoscut-o pe Paula. Au devenit bune prietene şi au început să petreacă mult timp împreună. În cele din urmă, Paula s-a mutat în apropiere de casa noastră din California, unde locuiesc părinţii şi sora ei. Practic, am devenit vecini.

Într-o dimineaţă, am sosit dintr-o călătorie, iar Dottie nu era acasă.
Când s-a întors mi-a spus că a fost de dimineaţă la Paula. A venit înspre mine, m-a cuprins cu braţele şi mi-a zis: „Iubitule, mă bucur tare că te-ai purtat frumos trei ani şi jumătate”.

Am tras adânc aer în piept şi am întrebat cu jumătate de gură: „De ce?”

Dottie a răspuns: „Paula mi-a mărturisit în dimineaţa asta că era atât de îndrăgostită de tine încât au fost clipe în care ar fi făcut orice pentru tine, dar tu nu ai profitat niciodată de ea”. Nu mai e nevoie să spun că am scos un imens oftat de uşurare şi am fost nemaipomenit de bucuros că nu forţasem lucrurile cu Paula în privinţa unei eventuale relaţii trupeşti.

Un dosar excelent

Vă puteţi închipui ce a însemnat pentru soţia mea acea conversaţie cu Paula? A primit o confirmare: „Pot avea încredere în soţul meu!”

Într-un interviu recent, Dottie a declarat următoarele: „Trebuie să-ţi construieşti relaţia pe încredere. Am încredere în Josh că se va îngriji cum trebuie de copiii mei. Am încredere în el că îmi este fidel. Cred că poate fi călăuzitorul nostru spiritual şi că poate avea relaţia lui personală cu Hristos. Şi am încredere în el că este capabil să ne asigure traiul zilnic.

Iar el poate avea încredere în mine că sunt o mamă bună cât timp e plecat. Poate avea încredere că le dau copiilor mâncare adecvată. Cât timp el e pe drum, poate avea încredere în mine că nu cheltuie prea mulţi bani sau că nu mă dedau la petreceri deşănţate. Tot ceea ce faceţi, fiecare pas pe care-l faceţi împreună într-o relaţie trebuie să fie clădite pe încredere. Aceasta trebuie să fie baza căsniciei voastre. Este uşor să te abandonezi cuiva atunci când ai încredere în el.

Dacă aş avea vreodată o problemă gravă, la cine m-aş duce? Imediat mă gândesc că m-aş duce la cineva în care am încredere, cineva care mă iubeşte pentru ceea ce sunt şi care nu-şi va schimba părerea despre mine, indiferent ce aş fi făcut. Josh este acel cineva, fiindcă am încredere totală în el. Motivul pentru care cred în el este că are un dosar demn de încredere. A avut de făcut alegeri dificile şi chiar şi ca necreştin alegerile lui au fost cele bune. A avut întotdeauna repere morale superioare.

Pentru oricine care a avut probleme în trecut, cred că cel mai important pas este comunicarea. Un cuplu are nevoie să ştie că există încredere, în ciuda celor întâmplate în trecut”.

Devenind o persoană care inspiră încredere, vei descoperi că eşti, la rândul tău, mai încrezător în ceilalţi. Pavel subliniază această

latură a dragostei, care: „acoperă totul, crede totul, speră totul, rabdă totul”.
(1 Corinteni 13: 7).

Dragostea matură naşte o încredere indestructibilă. Unei persoane care a greşit în mod repetat, dragostea este gata să-i ofere încrederea pe care o aduce cu sine. Modelul absolut al acestui fel de a iubi este
Hristos. El este întotdeauna gata să-şi reînnoiască iubirea. Hristos crede întotdeauna în ceea ce e mai bun, iar dacă este părăsit de o mie de ori.

El este gata să ierte iarăşi şi să ne dăruiască din nou încrederea, a o mia şi una oară.

Subiecte de meditaţie

— În ce fel este încrederea fundamentul unei relaţii de căsnicie durabile?

— De ce este încrederea importantă când e vorba de relaţia trupească?

ALTE RESURSE UTILE:

McGinnis, Alan. *The Friendship Factor.* Minneapolis: Augsburg, 1979.

White, Jerry. *Friends and Friendship.* Colorado Springs: Navpress, 1982.

Atitudinea faţă de autoritate

Vei fi persoana potrivită şi un mai bun partener în căsnicie dacă te vei raporta în mod adecvat la autoritate cât timp trăieşti încă singur. O atitudine pozitivă faţă de autoritate în viaţa ta este vitală pentru o relaţie conjugală reuşită.

Dacă eşti genul de om care face întotdeauna numai ce vrea el – care se răzvrăteşte faţă de părinţi, faţă de şefi sau profesori – îţi va fi greu să dezvolţi o relaţie intimă profundă. Cei care au obiceiul de a respinge autoritatea se vor lovi de dificultăţi atunci când vor trebui să reacţioneze în mod pozitiv faţă de partenerul sau partenera lor.

Într-o căsătorie se întâlnesc doi oameni cu educaţii şi obiceiuri diferite. Le plac şi le displac lucruri diferite. Scopul lor este să realizeze o comuniune care mai întâi este o puternică legătură conjugală, iar mai apoi o legătură de familie trainică. Deoarece puţine dintre datoriile pe care le avem în viaţă necesită mai multă flexibilitate decât căsnicia, o atitudine potrivită faţă de autoritate este esenţială. Dacă unul dintre

parteneri nu își va fi însușit această atitudine, conflictele care vor apărea vor fi menite să se agraveze.

Pe când locuiam în America Latină, cu câţiva ani în urmă, am învăţat o lecţie importantă despre autoritate. Nu mă împăcasem atunci cu o anumită decizie, fie din cauza preferinţelor personale, fie din cauza diferenţelor culturale. Dar chiar dacă eu socoteam atunci că un lucru trebuia făcut în felul meu, am învăţat că trebuia să mă supun autorităţii argentinienilor şi să accept hotărârile lor. Dumnezeu mi-a dat această lecţie, respectiv că trebuie să fac ceea ce mi se cere, chiar şi atunci când consider că ideea mea este mai bună, sau când, pur şi simplu, nu vreau să urmez calea altcuiva. Ce bună pregătire pentru căsătorie! Dacă ai învăţat să renunţi a face mereu lucrurile după capul tău, înseamnă că ai o capacitate mai mare de a fi sensibil faţă de partenerul tău conjugal.

O bucătărie galbenă

Dă-mi voie să-ţi dau un exemplu al modului în care această lecţie s-a dovedit a-mi fi utilă în relaţia cu soţia mea. Visul de a avea propria noastră locuinţă a devenit realitate când ne-am mutat într-o frumoasă casă în stil spaniol. Nu a fost prea scumpă, dar am dat pe ea toţi banii pe care-i aveam. Era perfectă, aşa credeam eu.

Ne-am mutat, am despachetat şi, înainte să ne tragem sufletul, soţia mi-a spus: „Iubitule, putem să zugrăvim bucătăria?” Mie, personal, mi se părea că bucătăria arăta excelent! Avea o culoare de un galben murdar, ca muştarul, dar vopseaua nu cădea de pe pereţi. I-am spus că, sincer, nu mi se părea că e necesar să zugrăvim, dar ea a zis: „Te rog, mi-ar plăcea mult o altă nuanţă de galben”.

Pe urmă m-am gândit. Zugrăvirea bucătăriei însemna mult pentru soţia mea, chiar dacă pentru mine nu avea nicio importanţă. Până una-alta, probabil că va petrece mai mult timp acolo decât mine. Şi acesta a fost momentul în care a trebuit să mă supun glasului autorităţii. Cu toate că realmente nu prea aveam bani, mi-am dat seama că zugrăvirea bucătăriei era cea mai bună investiţie pe care o puteam face. Aveam să-i demonstrez soţiei mele că îmi pasă de nevoile şi dorinţele ei, aşa că m-am hotărât să mă apuc de zugrăvit.

Nu i-am spus însă soţiei: „Bine, fac asta, numai ca să mă laşi în pace!” Ne-ar fi stricat bucuria amândurora. I-am spus, în schimb: „OK,

iubito, să zugrăvim", şi m-am apucat de lucru. După ce am dat primul strat, a trebuit să recunosc, obţinusem un galben muştăriu urât. Cu al doilea strat am obţinut rezultatul dorit şi am avut nişte pereţi de un galben cald, strălucitor.

Soţia mea a venit şi mi-a admirat opera – m-a făcut să mă simt ca un rege – iar, la sfârşit, mă simţeam de parcă aş fi pictat Bucătăria Sixtină. Apoi a întrebat: „Iubitule, n-ar fi bine să ornamentăm pereţii cu alb?" întrucât fusesem proprietarul unei firme de zugravi, ştiam exact ce îmi cerea să fac. Ştiam cât de greu va fi să realizez ornamentele.

Dar m-am trezit a doua zi dimineaţă devreme, am mai dat un strat şi am făcut ornamentele. De-abia aşteptam ca soţia să-mi vadă opera. Îmi amintesc de prima noastră masă în proaspăt zugrăvită bucătărie. Dottie m-a îmbrăţişat şi mi-a spus: „Iubitule, ştiu că n-ai fost dornic să faci acest lucru, dar pentru mine a fost foarte important. Îţi mulţumesc mult".

Îţi dai seama cât a însemnat asta pentru Dottie? Nu putea să gândească decât în felul următor: „Îi pasă! îi pasă de dorinţele, de pretenţiile şi de nevoile mele!" Am câştigat enorm din această experienţă. A oferi şi a primi, precum şi a recunoaşte autoritatea celuilalt se impune ca o necesitate absolută într-o relaţie intimă de comuniune.

Ammons şi Stinentt sunt un cuplu de cercetători care au studiat caracteristicile esenţiale ale căsătoriilor. O trăsătură fundamentală a celor care au parte de o căsnicie fericită este aceea că „sunt atenţi la ceilalţi oameni… acceptă nevoile celorlalţi, respectă ceea ce e diferit la ei, iau în seamă sentimentele lor şi încearcă să gândească din perspectiva celuilalt". 54 în urma unui studiu efectuat pe un eşantion de 2.500 de persoane căsătorite, Dr. Lewis Terman descrie astfel genul de om care ar trebui să fie fericit în căsnicie:

Are o atitudine cooperantă faţă de ceilalţi. *Conlucrează bine cu cei sub a căror autoritate se află.* Este bun şi înţelegător cu subalternii săi şi e gata oricând să ajute pe oricine are un necaz.

La polul opus se află cel predispus la nefericire în căsnicie.

Este nesigur pe el în relaţiile sociale şi de obicei are complexe de inferioritate. Atunci când se află într-o poziţie superioară însă are tendinţa de a face pe „şeful" şi de a fi autoritar. Nu îi place să primească ordine de la alţii şi urăşte competiţia, fiindcă nu ştie să piardă. Este înclinat să aibă o atitudine negativă, să se plângă tot timpul şi să se

„încontreze” cu orice formă de autoritate.55

A avea dreptate sau a avea dragoste

Unul dintre cele mai minunate rânduri scrise vreodată despre dragoste descrie atitudinea noastră faţă de dorinţele celui pe care-l Iubim: dragostea „nu caută folosul ei” (1 Corinteni 13: 5).

Se pune mare accent astăzi pe „drepturi”. „Am drepturile mele şi mi le voi apăra”, este modul obişnuit de a privi lucrurile. Această atitudine loveşte chiar în esenţa dragostei şi a intimităţii, fiindcă îi face pe oameni să aibă mari dificultăţi în a fi receptivi la nevoile celuilalt. Apostolul
Pavel pune în discuţie problema drepturilor şi a datoriilor în 1 Corinteni
7: 3 – 4: „Soţul să-şi îndeplinească faţă soţie datoria de soţ; şi tot aşa să facă şi soţia faţă de soţ. Soţia nu are autoritate peste trupul ei, ci soţul. Tot astfel, nici soţul nu are autoritate peste trupul lui, ci soţia”.

Pavel subliniază încă o dată acest lucru, atunci când scrie: „Fiecare din voi să se uite nu numai la foloasele lui, ci şi la foloasele altora”.
(Filipeni 2: 4).

În *Pitfalls of Romantic Love,* autorul H.G. Zerof pune întrebarea: „Cât de important este pentru voi să aveţi dreptate? Aţi învăţat să ţineţi seama de sentimentele celui sau celei de lângă voi, chiar dacă nu acceptaţi opinia exprimată şi poate sunteţi în total dezacord cu ea?

Frumuseţea faptului de a răspunde la dorinţele şi nevoile persoanei iubite se oglindeşte în rezultatul unei relaţii în care dăruim şi primim, atât de necesară pentru a cunoaşte împlinirea în dragoste, în căsnicie şi în relaţia sexuală. Iar secretul dezvoltării unei asemenea relaţii în care dăruim şi primim este sensibilitatea şi disponibilitatea de a face compromisuri.

Dottie îşi aminteşte că, în timpul lunii noastre de miere, în Mexic, am vrut să văd un film. Ea nu era aşa de încântată de idee, de vreme ce nu ştia spaniola. Pe lângă asta, filmul era proiectat în aer liber, ceea ce însemna că insectele aveau să constituie o problemă, iar Dottie nu suportă insectele. Însă eu eram atât de dornic să văd filmul, încât ea a acceptat.
Şi-a dat seama, probabil pentru prima dată, că în căsnicie trebuie să fim dispuşi la compromis şi că nu putem face numai ce vrem noi. Vor exista diferenţe de opinii şi vor fi momente în care unul va trebui să se

dea la o parte și să renunțe la fericirea lui în favoarea fericirii celuilalt.

Divertismentul este un domeniu în care a trebuit să ne adaptăm și să învățăm să fim atenți unul față de celălalt. Gusturile noastre sunt total diferite. Așa cum spune Dottie: „Genul de filme și programe de televiziune care îi plac lui Josh sunt western-urile, poveştile cu spionaj şi crime misterioase. Mie, în schimb, îmi plac poveştile de dragoste şi cele despre oameni – orice are legătură cu relaţiile. Adeseori mă convinge să mă uit la anumite filme, când de fapt aş prefera să văd altceva. Însă de câteva ori m-a dus până la San Francisco, ca să văd un spectacol de balet, ceea ce e foarte frumos din partea lui, fiindcă el singur nu s-ar duce la un asemenea spectacol de capul lui.

O căsnicie trebuie să fie o relaţie în care dăruieşti şi primeşti. Uneori poţi să ai impresia că doar tu eşti cel care dăruieşte, iar alteori ai sentimentul că tu eşti cel care primeşte tot timpul. În general, lucrurile se echilibrează”.

Un alt domeniu în care gusturile noastre erau diferite atunci când ne-am căsătorit era sportul. Singurul sport pe care Dottie îl iubea şi îl urmărea era baseball-ul. Este susţinătoarea echipei Red Sox. S-a măritat cu un om care urmăreşte orice sport şi orice echipă – în afară de baseball. Eu ţin cu Dallas Cowboys. Soţia mea a crescut într-o familie în care fotbalul nu se afla în prim-plan. S-a hotărât, în cele din urmă, să se informeze despre fotbal, iar eu am devenit interesat de baseball. Am ales să nu ne îndepărtăm şi să nu ne urmărim separat interesul, ci să încercăm să găsim o soluţie comună care să ne fie de folos amândurora.

Egali în compromis

După ce a fost căsătorit timp de patruzeci şi şapte de ani cu aceeaşi femeie, David Bogard a scris următoarele:

Am văzut, de asemenea, copaci altoiţi care, de la distanţă, arătau ca unul, dar când m-am apropiat, am observat că erau două trunchiuri, în principiu egale ca diametru, fiecare adaptându-se şi supunându-se celuilalt, dând impresia unui singur copac, în realitate fiind, totuşi, doi copaci identici.

Doi oameni, uniţi prin căsătorie, se pot adapta unul faţă de celălalt astfel încât niciunul dintre ei să nu renunţe la ceea ce este esenţial, clădind astfel o viaţă în care două personalităţi, fiecare unică, să aibă prilejul de a se dezvolta fără a se stingheri unul pe altul. Trebuie să ofere şi să primească, fiecare adaptându-se fără încetare faţă de

celălalt, păstrându-şi însă identitatea. Cine crede că e vorba de un efort lipsit de însemnătate va avea parte de o mare surpriză.57

Subiecte de meditaţie

— Ce înseamnă să ai o „atitudine pozitivă faţă de autoritate”?

— De ce este important acest lucru într-o relaţie conjugală?

— Cum îţi poţi modela atitudinea faţă de autoritate?

ALTE RESURSE IMPORTANTE:

Barrs, Jerram. *Shepherds and Sheep.* Downers Grove, 111.: InterVarsity Press.

1983.

Lloyd-Jones, David Martyn. *Authority.* Carlisle, Pa.: Banner of Truth, 1984.

Despre secretele ruşinoase ale trecutului

În zilele noastre poate fi considerat ridicol să vorbim despre nevoia unei conştiinţe curate. Dar dacă doreşti să fii persoana potrivită într-o relaţie de dragoste şi de căsătorie, a avea o conştiinţă curată despre trecutul tău este esenţial. Începând acum să dezvolţi această calitate în viaţa şi în relaţiile tale personale, vei avea parte de un câştig incredibil în căsnicie şi în dragoste. Este un sentiment extraordinar să începi o relaţie sentimentală, conjugală şi sexuală având o conştiinţă curată – ştiind că îl slăveşti pe Dumnezeu prin modul tău de viaţă, şi nu te foloseşti de oameni pentru a obţine satisfacţii egoiste.

Este nevoie de timp pentru ca, de-a lungul anilor, să ne dezvoltăm şi să ajungem să cunoaştem calea prin care putem construi o relaţie, fiecare dintre noi dobândindanumite modele comportamentale. Aceste modele determină felul tău specific de a reacţiona şi de a-i trata pe ceilalţi oameni.

O viaţă sentimentală reuşită este, astfel, în mare măsură încununarea relaţiilor reuşite din trecut. Modul în care i-ai tratat în trecut pe oameni va fi identic cu felul în care-i tratezi şi în prezent, dacă nu iei o măsură expresă în această direcţie. Acest mod va determina felul în care îi vei trata pe viitor. De aceea este atât de important să cultivi modele sănătoase ale vieţii de cuplu şi de relaţie. Pui astfel bazele unei relaţii conjugale care să dureze de-a lungul întregii vieţi.

Dacă ţi-ai creat un model în viaţă prin care să te foloseşti de oameni după bunul tău plac, căsătoria nu te va schimba în mod fundamental, indiferent cât de sinceră este dragostea ta. Vei aduce cu

tine în căsnicie experienţele trăite în perioada în care căutai un partener. O ceremonie nu aduce nicio schimbare miraculoasă. Calitatea iubirii tale va fi oglinda propriului tău caracter. Iar caracterul tău nu s-a format şi nici nu se formează peste noapte.

Două principii călăuzitoare

Care este, după părerea ta, Regula de Aur a celor singuri aflaţi în căutarea unei relaţii? Iată cum o formulez eu: O voi trata pe femeia sau pe bărbatul cu care mă întâlnesc în acelaşi fel în care îmi doresc să fie tratată femeia sau bărbatul cu care mă voi căsători într-o zi. După ce am devenit creştin, am făcut din acesta principiul meu călăuzitor.

Ce atitudine ai faţă de persoana cu care te întâlneşti? E aceeaşi cu atitudinea pe care ai adopta-o faţă de persoana cu care urmează să te căsătoreşti? Sau ai fost necinstit în această relaţie aşa cum ai admite că se poate întâmpla în relaţia cu viitorul tovarăş de viaţă? Ai tendinţa de a induce pe celălalt în eroare tot aşa cum ai face cu viitorul soţ?

Am observat că majoritatea oamenilor de azi își găsesc justificări pentru relaţia fizică premaritală. Însă Herbert J. Miles arată în cartea sa, *Sexual Understanding Before Marriage:*

A susţine, în mod logic, ideea de sex premarital presupune din partea unui bărbat acceptarea faptului că e dreptul oricărui alt bărbat de fi făcut sex cu mama sa înainte ca aceasta să se mărite. Înseamnă că susţine dreptul oricărui alt bărbat de a avea relaţii sexuale cu sora sa înainte ca ea să se mărite, înseamnă că susţine dreptul oricărui alt bărbat de a avea relaţii sexuale cu fiica sa înainte ca ea să se mărite.58

Dacă într-un anumit caz nu putem susţine sexul premarital, atunci cum putem spune că în alt caz acesta este acceptabil? Faptul e lipsit de logică, iar conştiinţa noastră ştie acest lucru. Cei care susţin sexul premarital, bazându-se pe ideea că „n-are nimic, câtă vreme eşti îndrăgostit” nu fac decât să arate cât de puţin înţeleg ei iubirea. Poţi spune că iubeşti sincer o persoană dacă o aduci în situaţia de a păşi cu conştiinţa încărcată într-o relaţie conjugală menită să ţină o viaţă întreagă? Mi-am dorit întotdeauna să le pot privi în ochi pe fiicele mele şi să le spun că sper ca bărbaţii care le fac curte şi bărbaţii cu care se vor mărita să se poarte cu ele aşa cum m-am purtat şi eu cu mama lor.

Un alt principiu călăuzitor pe care l-am avut în relaţiile mele cu femeile a fost să mă comport astfel încât să nu-mi fie ruşine ca soţia mea să le întâlnească pe fostele mele iubite. Astăzi mă bucur că am rămas fidel acestui mod de a gândi. Femeia cu care m-am întâlnit mai

mult de trei ani şi cu care eram pe punctul de a mă căsători a ajuns să fie acum una dintre cele mai bune prietene ale soţiei mele.

Stai o clipă, vei spune, probabil: nu am fost tocmai un model de virtute. Ce să fac acum? Să mă chinui? Să renunţ la căsătorie? Nu, un Dumnezeu milostiv nu pretinde aşa ceva. Sentimentul de vină nu trebuie perpetuat într-o nouă relaţie. Uneori, singurul mod în care putem dobândi o conştiinţă curată este să ne întoarcem în timp şi să ne cerem iertare pentru greşelile din trecut.

În cartea sa, *Your Life Toghether,* Elof G. Nelson descrie cum sentimentul de vină poate deveni un izvor de probleme:

În repetate rânduri, oamenii care vin la mine cu problemele lor cele mai intime îmi povestesc cum încă îi bântuie ruşinea şi vina greşelilor din trecut. Deşi ei ştiu că Dumnezeu i-a iertat, se pare că nu există o procedură chirurgicală care să le îndepărteze cicatricile de pe suflet. Trebuie, de aceea, să ne amintim nouă înşine că trăim zilnic în iertare, să înţelegem că ne dobândim îndreptăţirea prin credinţa în Dumnezeu.

Greşelile din trecut sunt iertate de către un Dumnezeu milostiv, iar acceptarea personală a iertării se regăseşte într-o încredere reînnoită în noi înşine. Viaţa creştină se sprijină pe iertare, fiindcă realitatea iertării este temelia vieţii creştine.59

Pe lângă a cere şi a primi iertare de la Dumnezeu pentru trecutul tău, trebuie ca tu însuţi să te ierţi şi să te accepţi cu adevărat. De vreme ce nu poţi schimba trecutul, trebuie să fii recunoscător că acea parte a vieţii tale s-a încheiat, iar Dumnezeu are puterea şi vrea să te înnoiască în totalitate prin viaţa ta creştină. Poţi dobândi o conştiinţă curată, indiferent cât de tare îţi repugnă o experienţă a trecutului.

Confruntarea cu secretele ruşinoase ale trecutului

Numeroase cupluri vin la mine să ceară sfaturi, la începutul unei relaţii sentimentale, iar una dintre întrebările curente este: „Cât din trecutul meu poate fi dezvăluit persoanei pe care o iubesc?” Această problemă reprezintă un motiv serios de frământare în cazul multora.

Sfatul meu e să nu se simtă obligaţi să „spună totul”. Dacă ştii că eşti iubit şi acceptat pentru ceea ce eşti acum, atunci iubirea ta este în siguranţă. Totuşi, dacă faptele din trecutul tău ar putea să vă facă pe amândoi să puneţi sub semnul întrebării relaţia, te afli atunci pe un teren nesigur.

Un tânăr pe nume Chris s-a confruntat cu această problemă. După ce i-am ascultat povestea, i-am sugerat ca unele dintre greşeli să nu le împărtăşească logodnicei lui, *decât* dacă motivul trecerii sub tăcere a acestora ar fi teama – teama că, dezvăluindu-şi trecutul, relaţia se va deteriora şi la fel dragostea şi capacitatea ei de a-l accepta. Dacă acesta era adevăratul motiv de a ascunde acele informaţii, îl sfătuiam să-i vorbească despre trecutul său şi să verifice astfel trăinicia iubirii lor.

În contextul acestor temeri, nu ar fi reuşit niciodată să-şi deschidă pe deplin sufletul faţă de ea, iar trecutul ar fi continuat să-l urmărească.

David Mace, în *Getting Ready for Marriage,* oferă câteva sfaturi în această privinţă:

Îţi ofer o regulă simplă în legătură cu destăinuirile. Dacă simţi că trebuie să le faci şi ai certitudinea că le poţi face într-un mod plin de dragoste, fără a-i provoca suferinţă partenerului, nu ezita. Dar dacă ai îndoieli, fă în felul următor. Mai întâi confesează-te până la capăt cuiva pe care îl respecţi şi în care ai încredere şi vezi dacă e bine sau nu să faci această mărturisire persoanei cu care doreşti să te căsătoreşti. Dacă ajungeţi amândoi la concluzia că nu trebuie să o faci, vei descoperi că problema respectivă nu te va mai preocupa. Te-ai arătat dispus să te destăinuieşti şi acest lucru contează cel mai mult. Dacă ulterior faptele vor ieşi la iveală, iar partenerul tău conjugal te va întreba de ce nu i-ai spus nimic despre toate acestea, vei răspunde că ai vrut sincer să o faci şi că, de fapt, ai împărtăşit cuiva secretul respectiv (poţi da numele). Apoi vei explica că te-ai abţinut de la a face confesiuni partenerului tău fiindcă în acel moment ţi s-a părut că este cel mai bun lucru pentru dragostea voastră.

Ţine minte: O conştiinţă curată este aidoma suprafeţei unei pânze imaculate, pregătită după toate regulile, pe care Dumnezeu urmează să picteze tabloul plin de măiestrie al vieţii tale, aşa cum o plănuieşte El. Dacă suprafaţa este murdară sau imaginile lăsate de un alt artist nu sunt şterse, tabloul va înfăţişa cu greu tot ceea ce este reprezentat în mintea Marelui Artist.

Subiecte de meditaţie

— Care este secretul ruşinos de care Satana se foloseşte pentru a te asupri?

— În ce fel poţi să-l aduci la lumină?

Relaţia ta personală cu Dumnezeu influenţează în mod direct capacitatea de a descoperi şi a întreţine o relaţie de dragoste, conjugală şi sexuală împlinită. Aşadar, una dintre cerinţele fundamentale pentru a fi „persoana potrivită” este să ai o viaţă spirituală matură şi dinamică.

Am fost întrebat odată de către un soţ frustrat: „Care este cel mai important lucru într-o căsătorie reuşită?” I-am răspuns că în căsnicia mea cu Dottie cel mai important lucru este relaţia mea personală cu
Iisus Hristos. Părea mai degrabă nedumerit de răspunsul meu. Aşa că i-am explicat că orice bărbat şi orice femeie care se apropie la modul spiritual unul de altul, folosindu-se de gesturile potrivite, vor avea o viaţă sexuală mai bună. Acest lucru este adevărat pentru creştini, ca şi pentru necreştini, întrucât există o puternică conexiune între intimitatea spirituală şi plăcerea sexuală.

Atunci când Hristos lucrează în inima ta, începi să-i vezi pe oameni aşa cum Dumnezeu îi vede. Dumnezeu l-a socotit pe om într-atât de important încât l-a trimis pe Fiul Său pe cruce, din pricina păcatelor omeneşti. O dată ce ne vom da seama de preţuirea de care se bucură partenerul nostru, o uriaşă schimbare se va petrece în viaţa noastră – pentru un creştin fiecare om are o *valoare* intrinsecă. Astfel, o persoană nu este privită în primul rând ca un obiect sexual, ci ca un om care trebuie tratat cu demnitate şi respect, deoarece Dumnezeu a investit valori eterne în el. Aceste valori, o dată asimilate, vă ajută să vă reprogramaţi în mod pozitiv cel mai important organ sexual – mintea.

Cercetarea spiritului

Este părerea mea confirmată de cercetări ştiinţifice importante? Să examinăm rezultatele câtorva studii.

Doi specialişti în ştiinţele sociale, Dr. Paul Ammons, asistent universitar în domeniul Asistenţei Sociale şi al Dezvoltării Familiale, la Universitatea din Georgia, şi Nick Stinentt, profesor şi şef al
Departamentului de Dezvoltare Umană şi Familială, la College of Home Economics, din cadrul Universităţii din Nebraska, au studiat tipurile de oameni care se bucură de cele mai bune relaţii familiale, inclusiv de cele mai reuşite căsnicii. O trăsătură comună fundamentală a acestor familii s-a dovedit a fi că „au o latură profund activă în plan spiritual”.60

Dr. Lorna şi Philip Sarrel, sexologi şi profesori la Facultatea de Medicină din cadrul Universităţii Yale, au realizat un sondaj pe un eşantion de
26.000 de bărbaţi şi femei cu privire la sexualitatea feminină. Rezultatele au scos la iveală o puternică conexiune „între intensitatea sentimentelor religioase ale unei femei şi capacitatea ei de a se bucura de experienţele sexuale”. Cercetătorii au ajuns la concluzia că „femeile cu cele mai puternice sentimente pozitive faţă de religie au de obicei o viaţă sexuală foarte bună”. Cel mai mare procent de relaţii sexuale lipsite de satisfacţie a fost descoperit, în realitate, printre femeile care au declarat că sunt extrem de „antireligioase”. Astfel, „femeile cu o puternică aversiune faţă de religie sunt cele mai supuse riscului unor relaţii sexuale nefericite”.61

Sondajul realizat de revista *McCall* printre cititori privitor la relaţiile dintre bărbaţi şi femei a arătat că „femeile credincioase – cele care au conştiinţa prezenţei lui Dumnezeu în viaţa lor – par a fi de multe ori mai dezinhibate, mai prietenoase şi mai deschise faţă de partenerii lor”.62

În plus, doi profesori de la Institutul Politehnic şi Universitatea de
Stat din Virginia, Michael J. Sporakowski şi George A. Hughston, au intervievat cupluri căsătorite de cincizeci de ani sau mai bine, pentru a afla care cred ei că este cel mai important factor în căsniciile fericite.
Unul dintre lucrurile cerute persoanelor intervievate era de „a spune care ar fi reţeta [lor] pentru un mariaj fericit”. Atât soţii, cât şi soţiile au apreciat religia ca fiind printre primele cinci lucruri în ordinea importanţei, iar femeile au situat-o pe locul întâi între condiţiile unei căsnicii fericite, mai presus chiar şi decât iubirea!” 63

Într-un interviu acordat în exclusivitate, Dr. Robert B. Taylor, specialist în medicina de familie, a fost întrebat dacă religia poate contribui la dezvoltarea armonioasă a unei căsătorii. Dr. Taylor a răspuns că „perechile care au o viaţă religioasă activă au de obicei căsnicii mai stabile”.64

Referindu-se la activitatea a doi cercetători, Dr. Nick Stinentt şi
Dr. John Defrain (amândoi de la Universitatea din Nebraska), care au realizat Studiul Naţional cu privire la Valorile Familiei, David Milofsky scrie în revista *Redbook:*

Unul dintre elementele frapante din Studiul cu privire la Valorile Familiei a fost gradul înalt al religiozităţii identificat în rândul familiilor participante. Cele mai multe, deşi nu toate, merg în mod regulat la biserică sau sinagogă, participă la alte activităţi ale bisericii şi rostesc frecvent împreună rugăciuni sau citesc Biblia.

Stinentt indică alte studii efectuate de-a lungul a mai bine de cincizeci de ani care au descoperit o corelaţie strânsă între religie şi succesul, respectiv fericirea în toate aspectele vieţii, şi nu doar în ce priveşte fericirea conjugală. Nu este, astfel, surprinzător faptul că o viaţă religioasă în comun poate oferi o bază de valori comune şi un ţel bine definit în cadrul familiei. Punctul de vedere al lui Stinentt este că, deşi

Studiul cu privire la Valorile Familiei nu arată că a crede în Dumnezeu este o premisă necesară pentru fericirea familială sau că familiile nereligioase vor fi nefericite, este evident că religia poate fi o sursă majoră de stabilitate atât din punct de vedere familial, cât şi individual.65

„După datele oferite de cercetări”, scrie sociologul Dr. Evelyn Duvall.

„Nu este o întâmplare că mai multe cupluri rămân împreună din rândul celor cununate la Biserică decât dintre cele căsătorite doar la starea civilă; fiindcă împărtăşesc ţelurile şi valorile comune religiei lor”.66

Un articol din *Chicago Tribune* despre un studiu privitor la preferinţele sexuale efectuat pe un eşantion de 100.000 de cititori ai revistei *Redbook* arată: „În mod remarcabil consecvent, cu cât sunt mai puternice convingerile religioase ale unei femei, cu atât este mai mare probabilitatea ca aceasta să găsească satisfacţii mai mari în plăcerile sexuale din cadrul căsniciei”. Articolul continuă prin a arăta că „plăcerea sexuală mai mare de care are parte o femeie religioasă poate fi doar expresia unei fericiri depline prezente în general în viaţa ei”.67

Spiritualitate şi sexualitate

De ce convingerile religioase profunde au o asemenea influenţă pozitivă asupra relaţiilor de iubire, conjugale şi sexuale? Sociologul Dr. Herbert J.

Miles, în *Sexual Understanding Before Marriage,* oferă răspunsul:

Există trei direcţii de gândire care ar putea aduce lumină în această chestiune. În primul rând, părerea noastră este că principiile

creştine de bază determină o viaţă sexuală reuşită.
În relaţiile umane interpersonale, creştinismul ne învaţă (1) că preţuirea şi valorile sunt proprii oamenilor, (2) că trebuie să respectăm drepturile tuturor persoanelor, (3) că trebuie să ne caracterizeze o putere de sacrificiu lipsit de egoism, (4) că trebuie să arătăm bunătate şi înţelegere faţă de ceilalţi, (5) că trebuie să fim toleranţi, reţinuţi în a judeca şi a critica, (6) că trebuie să fim preocupaţi de fericirea şi binele celorlalţi, (7) că trebuie să ne purtăm poverile unul altuia şi (8) că ar trebui să practicăm autodisciplina şi autocontrolul. Este cât se poate de evident că aceste idei creştine sunt principii fundamentale necesare pentru transformarea benefică a vieţii sexuale.

Pe de altă parte, există câteva trăsături ale omului care au tendinţa de a sta în calea realizării unei vieţi sexuale reuşite, cum sunt (1) egoismul, (2) nerăbdarea, (3) nepăsarea faţă de nevoile şi drepturile celorlalţi, (4) graba de a învinui sau a condamna, (5) indisponibilitatea de a învăţa şi (6) hotărârea cu care căutăm să ne satisfacem plăcerea de moment.
Este limpede că avem, în acest caz, de a face cu trăsături necreştine. Se poate afirma, într-adevăr, că aceste idealuri elementare creştine sunt cheia unei căsnicii fericite şi a unei vieţi sexuale satisfăcătoare.

În al doilea rând, cercetările noastre par să arate că creştinismul face posibilă, de obicei, îmbunătăţirea vieţii sexuale în cadrul căsniciei. Din 151 de cupluri participante la studiul nostru, 98% făceau parte dintr-o biserică, 83%
dintre soţi şi 96% dintre soţii au urmat cursurile unei şcoli duminicale cu regularitate, în copilărie sau în tinereţe, 76 %
dintre soţi şi 79 % dintre soţii au predat la o şcoală duminicală.
73 % donează a zecea parte din venituri către biserică, 86 %
citesc Biblia şi se roagă cu glas tare împreună, 90 % practică în mod regulat rugăciunea împreună cu familia, 90% se roagă înainte de masă, 96 % dintre soţi şi 93 % dintre soţii au organizat rugăciuni colective în cadrul bisericii.

Probabil că nu riscăm dacă generalizăm spunând că 90%
până la 95% dintre membrii unui eşantion erau creştini consacraţi activi. Trebuie să spunem că dintre aceste cupluri de creştini, 78% au început să se adapteze unul faţă de celălalt într-o săptămână, 12% în două luni, în timp ce 6%

s-au adaptat de abia după treizeci de luni. Între şase luni şi un an de la căsătorie, 96 % dintre femeile care s-au adaptat din punct de vedere sexual au declarat că au ajuns la orgasm de fiecare dată sau aproape de fiecare dată.

De asemenea, în timpul acestei perioade, 41 % dintre cupluri au spus că soţul şi soţia au avut orgasm simultan de fiecare dată sau aproape de fiecare dată, iar 38 % au avut doar uneori orgasm împreună. Acest procent de adaptare este superior celui din alte studii. Dacă viaţa creştină ar împiedica schimbările pozitive în viaţa sexuală din cadrul căsniciei, cum explicăm procentul ridicat al celor din studiul nostru care s-au adaptat?... Deşi nu avem certitudinea, se pare că există o relaţie, în cercetarea noastră, între valorile şi motivaţiile creştine şi adaptarea din punct de vedere sexual în cadrul căsătoriei. Cu siguranţă, nu există nicio dovadă că valorile şi motivaţiile creştine stau în calea transformării benefice a vieţii sexuale.

Unii autori, criticând creştinismul, sugerează că tinerii ataşaţi idealurilor creştine nu pot vorbi obiectiv despre sex atunci când plănuiesc o căsătorie. Investigaţiile noastre ne indică faptul că această teorie este falsă. 91 % dintre cupluri au dezvăluit faptul că discutaseră înainte de căsătorie, la modul deschis, despre atitudinile lor şi chiar despre detalii complete privitoare la sex.
97 % au avut astfel de discuţii cu o lună înainte de nuntă.

În al treilea rând, multe idei false sunt deseori puse pe seama creştinismului, în vreme ce acestea sunt total opuse învăţăturilor iudeo-creştine despre sex. Ca să exemplificăm, un cuplu, amândoi în vârstă de treizeci de ani, părinţi a trei copii, s-au despărţit, apropiindu-se de un divorţ inevitabil.
Doamna X, mama soţiei, l-a vizitat pe pastor, căutând să evite divorţul. Cercetând posibilele cauze ale conflictului dinăuntrul cuplului, pastorul a întrebat, în cele din urmă, dacă au avut o viaţă sexuală normală. Doamna X, indignată, a spus: „Domnule, vă aduc la cunoştinţă că familia X sunt creştini. După naşterea copiilor mei, am încetat să mai dorm cu soţul (adică au încetat să mai aibă relaţii sexuale) şi nu am mai dormit de atunci cu el. Când cel de-al treilea copil al fiicei mele s-a născut, i-am spus să nu mai doarmă cu soţul ei. Nu mai doarme cu el de cinci ani. Domnule, trebuie să ştiţi că toate aceste discuţii despre sex sunt sub demnitatea condiţiei de creştin”. Perechea respectivă a divorţat.

O persoană cu o minte luminată ştie că aceste idei ale doamnei X sunt pervertite şi de fapt necreştine. A face creştinismul responsabil pentru ideile doamnei X este ca şi cum ai acuza ştiinţa medicală pentru multele credinţe naive ale oamenilor despre cauzele şi tratamentele bolilor.68

Am fost invitat să vorbesc în cadrul unui curs despre sexualitatea la o universitate din sud-vest. Chiar înainte de a fi prezentat studenţilor, am împrumutat manualul unuia dintre ei. Am început să-l răsfoiesc şi am ajuns la o propoziţie pe care studentul o subliniase. Nu-mi venea să

Soţul

Soţia

Cu ani în urmă, mult înainte de a o cunoaşte pe Dottie, am început să caut răspunsuri la cele mai complicate întrebări ale vieţii. Fiindcă în perioada în care am crescut mulţi oameni „aveau o religie", m-am gândit că, poate, religia era răspunsul, aşa că m-am îndreptat spre religie. Am început să mă ocup de religie dimineaţa, la amiază şi seara. Probabil că nu m-am dus la biserica la care trebuia, fiindcă practic mă simţeam mai rău decât înainte.

Apoi, m-am gândit: *Ei bine, poate că educaţia este răspunsul.* Ca băiat crescut la ţară, ştiam că spuma se ridică la suprafaţă. Oamenii cu educaţie trebuie să aibă confort interior, fericire, putere de înţelegere cred ce citeam: „Oricine are convingeri religioase probabil că are parte de disfuncţii în viaţa sexuală". În ciuda numărului de dovezi ştiinţifice contrare, autorii laici răspândesc încă acest mit.

Din experienţa mea în acest moment ai putea spune: „Stai un pic. Nu mă îngropa în statistici.
Eu trăiesc într-o lume reală, în care trebuie să mă înţeleg cu soţul meu".

Dă-mi voie să-ţi împărtăşesc câteva gânduri personale, prin care să echilibrez statisticile pe care le-am citat. Într-o relaţie conjugală, soţul şi soţia trebuie să se apropie unul de altul pe măsură ce se apropie de
Hristos. Acest lucru poate fi ilustrat printr-un triunghi echilateral. Soţul şi soţia sunt unghiurile de la bază, iar Hristos se află în vârf. Dacă unghiurile de jos vor să se apropie unul de altul, trebuie să se apropie de cel din vârf. (Pentru o aprofundare a acestei idei, vă sugerez ca lectură volumul / *Married You* de Walter Trobisch). Relaţia mea

personală cu
Dumnezeu prin Iisus Hristos m-a ajutat să devin un iubit mai bun, un soţ mai bun şi un prieten mai bun pentru Dottie.

Iisus Hristos şi chiar puterea de a fi liberi. Având acest lucru în minte, m-am înscris la universitate. Ce dezamăgire pentru cineva care încearcă să găsească adevărul şi un scop în viaţă!

Prima dată m-am dus la universitatea din Michigan şi probabil că am fost cel mai antipatic student din campus pentru profesori. Căutam răspunsuri.
Obişnuiam să-i ţin de vorbă în birourile lor. Cred că unii dintre ei stingeau lumina şi trăgeau storurile când mă vedeau venind. Nu mi-a luat mult timp să-mi dau seama că mulţi dintre acei profesori şi studenţi aveau mai multe probleme, înţelegeau mai puţin şi erau mai frustraţi chiar şi decât mine. De fapt, profesorul meu de economie putea să-mi spună cum să-mi îmbunătăţesc mijloacele de trai, dar nu cum să trăiesc mai bine.

Apoi m-am gândit: *Poate prestigiul este răspunsul. Găseşte o „cauză”.*
şi dă-ţi viaţa pentru ea. Cei care la facultate păreau să aibă decizia financiară şi care se bucurau de multă influenţă erau liderii studenţilor, astfel că m-am implicat în diverse activităţi politice şi am fost ales.

Mă simţeam bine să-i cunosc pe toţi din campus, să iau decizii, să cheltui banii altora pentru scopuri stabilite de mine. Îmi plăcea. Însă în fiecare luni dimineaţă mă trezeam acelaşi. De obicei mă durea capul din cauza nopţii precedente şi mă regăseam în aceeaşi postură: „Ei bine, o luăm de la capăt pentru încă cinci zile”. Într-un fel, înduram trecerea zilelor de luni până vineri; redeveneam fericit în preajma nopţilor de vineri, sâmbătă şi duminică. Întreg acest cerc vicios reîncepea în dimineaţa următoare a zilei de luni.

În cele din urmă, am simţit frustrarea. Mă îndoiesc că au existat studenţi ai universităţilor din ţara noastră care să fi fost mai sinceri în încercarea de a găsi sensul, adevărul, puterea şi scopul în viaţă decât mine, şi totuşi nu am găsit nimic.

Speranţa nu moare niciodată

Cam în perioada aceea am remarcat în campus un grup de câţiva oameni. Nu erau foarte mulţi, doar opt studenţi şi doi profesori, însă modul lor de viaţă era unul foarte aparte. Păreau să ştie încotro se

îndreaptă în viaţă, iar acest lucru era total neobişnuit. O mulţime de oameni din societatea noastră sunt asemeni unui coleg pe care l-am văzut la Universitatea din Chicago. Se plimba de colo-colo (era probabil săptămâna de înscrieri) cu un mesaj mare scris pe spate, care spunea:
„Nu vă luaţi după mine, m-am rătăcit”.

Aceşti oameni nu numai că aveau un sens, dar păreau să aibă şi convingeri. Nu ştiu ţie, dar mie îmi face plăcere să fiu în preajma unor oameni care au convingeri, chiar şi când nu sunt în acord cu mine.

Câţiva dintre cei mai buni prieteni ai mei nu sunt de acord cu unele lucruri în care eu cred. Îi admir pe cei care nu numai că ştiu de ce cred în ceva, dar ştiu şi de ce nu cred în ceva. Sunt două lucruri la fel de importante, iar cei din acest grup păreau să ştie toate acestea.

Mai mult, aceşti oameni degajau un fel unic de dragoste în comportamentul lor faţă de oameni. Am observat că, în vreme ce majoritatea oamenilor vorbeau foarte mult despre dragoste, aceşti indivizi *se manifestau* într-un mod deosebit faţă de ceilalţi. Aveau ceva ce mie îmi lipsea, dar pe care mi-l doream, de aceea m-am împrietenit cu ei.

Câteva săptămâni mai târziu, stăteam la o masă în sala de întruniri a studenţilor. Îmi amintesc că şase dintre acei studenţi erau acolo, împreună cu doi profesori – unul însoţit de nevastă. Discuţia a început să se îndrepte spre Dumnezeu. Să recunoaştem: dacă eşti nesigur pe tine, indiferent dacă eşti student, profesor, om de afaceri, chelneriţă sau orice altceva, trebuie să adopţi o atitudine sarcastică când se ajunge cu discuţia la Dumnezeu. În fiecare universitate, în fiecare liceu, în fiecare birou şi în fiecare restaurant se află câte unul mai grozav – cel care zice: „Creştinismul? E pentru debili, nu pentru cei care au minte”.

Ştiţi ce adevăr am descoperit? Invariabil, cu cât este mai vehementă atitudinea adoptată de cineva, cu atât mai mare este golul din sufletul său. O asemenea atitudine am adoptat eu. Conversaţia lor mă irita. Îmi doream ceea ce aveau, dar nu voiam ca ei să afle, deşi au ştiut tot timpul ce îmi doream şi, de asemenea, ştiau că nu voiam ca ei să afle că îmi doream acel lucru. (îţi dai seama în ce dilemă mă aflam.)

M-am lăsat pe spătarul scaunului şi am încercat să rămân indiferent.
Am cercetat-o din ochi pe tânăra care era acolo (*Arăta* bine! Mă

obişnuisem să cred că toţi creştinii erau cam şterşi. Îmi închipuiam că dacă erai un ratat şi nu aveai alte şanse de reuşită, deveneai creştin.)
Am spus: „Cu ce eşti tu aşa de deosebită faţă de ceilalţi studenţi din campus?” S-a uitat la mine cu un zâmbet abia schiţat, care poate fi chiar enervant dacă eşti prost dispus, şi a rostit două cuvinte pe care nu am crezut că le voi auzi vreodată în universitate pe post de „soluţie”.
A spus: „Iisus Hristos”. „Hai, dă-o-ncolo”, am spus, „sunt sătul până peste cap de religie, biserică şi Biblie. Nu-mi veni cu prostiile astea despre religie”. Trebuie să fi avut mult curaj şi convingeri puternice, fiindcă s-a uitat în ochii mei, de data asta fără să mai zâmbească. „Uite ce e”, a ripostat ea, „n-am spus *religie;* am spus Iisus Hristos”. Atunci, mi-am cerut scuze pentru necuviinţa de mai înainte. Educaţia nu-mi îngăduia să fiu necuviincios. I-am spus: „Te rog să mă ierţi pentru comportarea mea, dar ca să-ţi spun adevărul, m-am săturat de asemenea lucruri. Nu mai vreau să am de a face cu nimic de genul acesta”.

Nu mi-a venit să cred ce s-a întâmplat pe urmă. Chiar acolo, în universitate, aceşti studenţi şi profesori mi-au lansat o provocare, propunându-mi să examinez din punct de vedere raţional identitatea lui Iisus Hristos. Am crezut că e o glumă! Au intrat în detalii despre Dumnezeu care s-a întrupat în Iisus Hristos, despre moartea Lui pe cruce pentru păcatele umanităţii, înmormântarea Lui, învierea Lui reală a treia zi, iar apoi au avut îndrăzneala, în secolul al XX-lea, să insiste asupra puterii Lui de a schimba viaţa cuiva.

Un final neaşteptat

Era ridicol! Părerea mea despre creştini era că au două creiere, unul care s-a pierdut şi unul care era în căutarea celui pierdut. Erau momente când de-abia aşteptam ca un student creştin să ia cuvântul la curs, pentru a-l desfiinţa. De obicei, aveam confruntări aproape violente cu profesorul. Cunoşteam răspunsul la fiecare argument pe care-l putea aduce un creştin, însă aceşti oameni continuau să mă provoace iar şi iar, aşa că am acceptat provocarea lor.

Trebuie să admit că am făcut asta pornind cu o motivaţie greşită. Am făcut-o din mândrie, nu pentru a demonstra ceva, ci pentru a-i combate. De fapt, scopul iniţial al primei mele cărţi, *Mărturii supuse dreptei judecăţi,* a fost să devină un soi de glumă intelectuală pe seama credinţei lor.

Mi-am propus să demonstrez absurditatea creştinismului, dar după doi ani de studiu şi mulţi bani cheltuiţi, totul s-a întors împotriva mea.

Am ajuns la concluzia că Hristos era cu necesitate Cel care pretindea că este. Credinţa nu avea nimic de a face cu concluzia mea; era strict raţională. Am stabilit că dacă puteam dovedi că unul dintre cele două elemente fundamentale nu erau adevărate sau verosimile din punct de vedere istoric, câştigam procesul împotriva creştinismului.

Primul element era să arăt că Noul Testament nu rezista la o analiză istorică. Credeam că acest lucru era evident. Fusese redactat la câţiva ani după evenimente, mă gândeam, şi s-au strecurat nenumărate mituri şi legende, pe lângă alte erori şi discrepanţe. Era singurul lucru pe care trebuia să-l demonstrez. Tocmai acest lucru s-a întors însă împotriva mea!

În al doilea rând era învierea, element care mi s-a părut a fi chiar mai simplu de demontat. Întreaga învăţătură, viaţa şi moartea lui Iisus Hristos se bazau pe învierea Sa reală din mormânt, iar sarcina uşoară pe care o aveam era să arăt că învierea nu a avut loc niciodată. Am crezut că va fi uşor – nu întâlnisem pe nimeni care să fi înviat. S-a întors împotriva mea şi de această dată. În realitate, dovada a fost atât de copleşitoare încât am strâns material pentru încă o carte, *The Resurrection Factor.*

Irezistibila forţă

Aveam realmente o problemă. Raţiunea mea era convinsă, dar totuşi mă împotriveam. Am descoperit că a deveni creştin (prefer să zic
„Credincios”) implică oarecum o cutremurare a ego-ului. M-am mândrit cu autosuficienţa mea. Iisus Hristos m-a provocat să cred în El, ca
Mântuitor şi Domn al meu. Iisus mi-a provocat voinţa, cerându-mi să-mi încredinţez viaţa Lui, fiindcă a murit pe cruce pentru păcatele mele.

Parafrazând chemarea Sa: „Iată, Eu stau la uşă şi bat. Dacă aude cineva glasul Meu şi deschide uşa, voi intra la el” (Apocalipsa 3: 20). Trebuia să recunosc că „tuturor celor ce L-au primit, adică celor ce cred în Numele
Lui, le-a dat dreptul să devină copii ai lui Dumnezeu” (Ioan 1: 12).

Nu-mi păsa dacă a umblat pe apă sau a transformat apa în vin,

nu voiam ca o persoană care sparge petrecerea altora să-mi invadeze viaţa.
Nu-mi puteam închipui o cale mai rapidă de a-mi strica buna dispoziţie, de a-mi zădărnici preocupările intelectuale sau de a deveni inacceptabil în plan academic în ochii semenilor mei decât primindu-l pe Iisus în viaţa mea. Mintea îmi spunea că tot acest creştinism este adevărat, însă voinţa îmi zicea: „Nu accepta”. Eram tulburat.

De fiecare dată când eram în preajma acelor creştini entuziaşti, conflictul se acutiza. Dacă ai fost vreodată înconjurat de oameni fericiţi în timp ce tu te simţeai mizerabil, îţi poţi da seama cât de iritant poate să fie. Erau atât de fericiţi, iar eu mă simţeam atât de groaznic, încât efectiv m-am ridicat şi am fugit afară din sala de întruniri. Eram atât de răvăşit, că m-am culcat la zece seara şi nu am adormit până la patru dimineaţa. Ştiam că trebuie să mi-l scot pe Iisus din cap sau să uit de El.

În ziua de 19 decembrie, 1959, la 8: 30, în al doilea an de facultate, am devenit creştin. Cineva m-a întrebat mai târziu: „De unde ştii?”. I-am răspuns: „Păi, am fost acolo”. În noaptea aceea m-am rugat. Rugăciunea mea s-a derulat în patru trepte, în funcţie de încercarea mea de a stabili o relaţie cu Dumnezeu – o relaţie personală cu Fiul Său, Hristos cel viu, care a înviat. După un timp, această relaţie mi-a transformat viaţa.

Mai întâi, m-am rugat: „Doamne Iisuse, îţi mulţumesc că ai murit pe cruce pentru mine”. În al doilea rând, am spus: „Mărturisesc în faţa Ta faptele din viaţa mea care nu îţi sunt pe plac şi Te rog să mă ierţi şi să mă înnoieşti”. În al treilea rând, am spus: „Chiar în acest moment, aşa cum mă pricep eu mai bine, deschid poarta sufletului şi a vieţii mele şi cred în tine ca Mântuitor şi Domn al meu. Fii stăpânul vieţii mele.
Schimbă-mă în totalitate. Fă din mine acel gen de om care ai vrut să fiu atunci când m-ai creat”.

Ultima parte a rugăciunii a fost: „Mulţumesc că ai intrat în viaţa mea prin credinţă”. Duhul Sfânt a deşteptat în mine credinţa, care se baza pe
Cuvântul lui Dumnezeu şi era sprijinită de dovezile şi faptele istoriei.

Ei bine, sunt sigur că ai auzit oameni religioşi vorbind despre experienţele lor de „iluminare fulgerătoare”. După ce m-am rugat, nimic deosebit nu s-a întâmplat. Nimic. În realitate, după ce am luat acea decizie, m-am simţit mai prost. Îmi era rău de la stomac. *O, nu.*

McDowell, în ce te-ai băgat acum? mă întrebam. Simţeam că mă duc de râpă, iar unii dintre prietenii mei erau de acord cu mine. Poate că am fost nesigur de hotărârea mea în acel moment, dar după câteva luni am ştiut că nu sunt în pragul unui colaps. Viaţa mea se schimbase.

Schimbarea definitivă

Un lucru pe care l-am văzut schimbându-se a fost neastâmpărul meu.

Eram o persoană care trebuia să aibă permanent o ocupaţie; trebuia să fiu la prietena mea sau altundeva, participând la o discuţie. Mă plimbam prin campus, mintea mea era o furtună de contradicţii. Stăteam şi încercam să învăţ sau să meditez şi nu puteam. La câteva luni însă după ce am luat hotărârea de a mă încredinţa lui Hristos, am început să descopăr un soi de pace a minţii.

Nu vreau să spun prin asta că nu mai aveam parte de conflicte.

Ceea ce mi s-a revelat în această relaţie cu Iisus nu a fost atât lipsa conflictului, cât capacitatea de a-i face faţă. Nu aş renunţa la aşa ceva pentru nimic în lume, fiindcă astfel am ajuns să trăiesc în mod cât se poate de concret ceea ce Hristos a promis atunci când a spus: „Vă las pacea Mea, vă dau pacea Mea. Nu v-o dau cum o dă lumea. Să nu vi se tulbure inima...” (Ioan 14: 27).

Un alt lucru care a început să se schimbe a fost temperamentul meu nervos. Obişnuia să-mi sară muştarul fie şi numai dacă se uita cineva urât la mine. Păstrez încă amintirea dureroasă a momentului în care aproape că omorâsem un om, în primul meu an de facultate. Acest temperament era atât de înrădăcinat în firea mea, încât nu căutasem niciodată în mod conştient să mă schimb. La o zi după ce mi-am pus credinţa în

Hristos, m-am confruntat cu o criză, ca să aflu că irascibilitatea mea dispăruse! Din decembrie 1959, mi-am pierdut cumpătul o singură dată.

Iisus Hristos schimbă vieţi.

Un al treilea aspect al vieţii mele care a simţit puterea de schimbare a lui Hristos a fost relaţia cu tatăl meu. Ura nestăvilită pe care o simţeam faţă de el – beţivul oraşului care întrecea măsura şi ne făcea familia de râs – s-a transformat în dragoste şi acceptare. Transformarea a fost atât de evidentă, încât inclusiv tatăl meu a văzut-o şi l-a chemat pe Iisus în viaţa lui.

Biblia spune că atunci când eşti în Hristos, eşti o făptură nouă,

iar eu l-am văzut pe tatăl meu renăscând sub ochii mei. Nu a mai băut niciodată. Am ajuns la o concluzie: O relaţie cu Iisus Hristos transformă vieţi. Poţi să râzi în mod inconştient de creştinism, poţi să râzi şi să-ţi baţi joc, dar este adevărat. O dată ce crezi în Hristos, trebuie să începi să iei seama la atitudinile şi comportamentul tău, fiindcă Iisus Hristos este cel care schimbă vieţile, iartă păcatele şi înlătură vina. Dacă acest lucru nu este benefic pentru o relaţie, atunci nimic nu este.

Ce concluzie tragi de aici?

Ţi-am descris felul în care eu personal am răspuns la cerinţele lui
Hristos. La fel şi tu, trebuie să îţi pui întrebarea logică: „Ce importanţă au toate aceste dovezi pentru mine? Ce importanţă are dacă eu cred sau nu că Hristos a murit pe cruce pentru păcatele mele şi a înviat?”
Cel mai bun răspuns este ceea ce Iisus i-a zis unui om pe nume Toma, necredinciosul: „Eu sunt calea şi adevărul şi viaţa. Nimeni nu vine la Tatăl decât prin Mine” (Ioan 14: 6).

Poţi să îţi pui credinţa în Dumnezeu chiar acum, prin rugăciune. A te ruga înseamnă a vorbi cu Dumnezeu. El îţi cunoaşte inima şi nu caută atât la cuvintele tale, cât la atitudinea inimii. Dacă nu ai crezut niciodată că Hristos îţi iartă păcatele şi îţi dăruieşte viaţa veşnică, o poţi face chiar acum. Poţi să te rogi în felul acesta: „Doamne Iisuse, am nevoie de Tine. Îţi mulţumesc că ai murit pe cruce pentru păcatele mele. Îţi deschid porţile vieţii mele şi cred în Tine ca Mântuitor al meu. Îţi mulţumesc pentru că îmi ierţi păcatele şi îmi dăruieşti viaţă veşnică. Fă din mine persoana care vrei să fiu. Îţi mulţumesc pentru că pot avea încredere în Tine”.

Când credem în Hristos ca Mântuitor şi Domn al nostru, urmările practice ale învăţăturilor biblice şi nevoia unei dimensiuni spirituale într-o relaţie devin evidente. Relaţia cu Dumnezeu îşi pune amprenta pe fiecare latură a vieţii mele. În mod cert îmi influenţează căsnicia.

Bune şi rele în căsnicie

Ţineam o prelegere despre perspectiva creştină asupra dragostei, sexului şi căsătoriei, în cadrul unui curs de psihologie la o universitate din nord-est, când un student m-a întrebat: „Care sunt factorii care contribuie la o căsnicie reuşită?” După o enumerare a factorilor atât negativi, cât şi pozitivi, i-am întrebat pe studenţi de unde cred ei că am extras această listă. Cei mai mulţi au răspuns că

dintr-o carte care tratează tema căsniciei sau dintr-un manual de psihologie ori sociologie.
Să le fi văzut reacţiile când i-am lămurit că aceştia sunt factorii pozitivi şi negativi ai unei relaţii intime aşa cum sunt prezentaţi în Biblie.
Unii au dat din cap a neîncredere. Pentru întâia oară, mulţi dintre acei studenţi au început să se gândească la Biblie ca la un reper relevant în ce priveşte dragostea, căsătoria şi sexul.

Următoarele pagini cuprind trăsăturile negative şi pozitive ale vieţii conjugale, pe care le-am schiţat în acea prelegere.

Poate te vei simţi la fel de copleşit cum m-am simţit eu prima dată în faţa listei. Probabil că vei fi gata să renunţi chiar înainte de a porni la drum, fiindcă vei avea impresia că trebuie să fii un Dumnezeu sau un uriaş spiritual pentru a putea întruni în viaţa ta reală toţi factorii pozitivi enumeraţi. Însă bunul simţ ne arată cu tărie că există un factor suplimentar în evoluţia unei relaţii intime profunde. Întrucât ştii că nu ai puterea de a întruchipa aceşti factori, poţi foarte bine să te simţi frustrat.

Stai liniştit, am o veste bună! Poţi să spui, uşurat, pe litere: D-u-h-u-l S-f-ă-n-l. Dumnezeu nu numai că ne-a oferit un model superior de viaţă, ci ne-a dăruit şi puterea de a-l urma. Factorii pozitivi amintiţi nu sunt decât manifestări sau calităţi care aparţin în realitate lui Dumnezeu însuşi în natura Sa. Cu alte cuvinte, Dumnezeu însuşi nu este doar modelul nostru de viaţă, natura Lui este chiar esenţa a ceea ce trebuie să cuprindă o relaţie de iubire, conjugală şi sexuală în viaţa noastră.

Tatăl nostru ceresc, plin de iubire, ne dezvăluie natura Lui, cine este El, în Biblie. Prin Sfântul Duh, El îşi face loc în viaţa credinciosului şi trăieşte prin acesta. În persoana Sfântului Duh, Dumnezeu ne-a dăruit tot ce avem nevoie pentru a duce o viaţă de creştin. Prezenţa lăuntrică a lui Dumnezeu, prin Duhul Sfânt, este sursa care ne dă puterea de a fi „Persoana potrivită" în relaţia de căsătorie.

POZITIV	NEGATIV

Răbdarea, Iacov 1: 2 – 4: Evrei 10: 16; **1** Corinteni 13: 4: Coloseni 3: 12	Nerăbdarea
A urmări folosul altora. **1** Corinteni 13: 5; Filipeni 2: 4: Galateni 6: 2	A urmări folosul propriu

A **da: Luca** 6: 38; 1 Ioan 4: 10	**A lua.**
Altruismul: Filipeni 2: 3 – 8	Egoismul
Sinceritatea: Coloseni 3: 9; Zaharia 8: 16; 1 Corinteni 13: 6; **Efeseni** 4: 25	Minciuna
Umilinţa: Filipeni 2: 3 – 8; Proverbe 16: 18; Iacov 4: 6; Coloseni 3: 12	Mândria
Bunătatea: 1 Corinteni 13: 3; Matei 5 21 – 22 Colosen 3 1 Galateni 5: 22	Răutatea
Încrederea: Proverbe 27: 4; 1 Corinteni 13: 4, 7	Neîncrederea Gelozia
O privire de sine obiectivă: **1** Corinteni 4: 6 – 7; 8: 1.13: 4; Coloseni 2: 18; Galateni	Aroganţa Vanitatea

6: 4	
Responsabilitatea: Luca 16: 10 – 12	Absenţa responsabilităţii
A **oferi** protecţie: Corinteni 13: 5 – 6	Preocuparea pentru propria reputaţie
Iertarea: Coloseni 3: 13; Matei 11: 25; 6.14	Lipsa iertării
Autocritica: Matei 7: 1 – 2; ban 8: 9: Luca 6: 37	A judeca pe alţii
Mulţumirea: Iuda 15: 18; Evrei 13: 5	Nemulţumirea
Recunoştinţa: Proverbe 19: 3; 1 Tesaloniceni 5: 8; Romani 1: 21; Efeseni 5: 20	Nerecunoştinţa
Autocontrolul / Temperamentul echilibrat: Proverbe 16: 32; Romani 5: 3 – 4; 1 Corinteni 13: 5; Galateni 5: 23	Lipsa de stăpânire / Temperament necontrolat
Sârguinţa: Iacov 4: 17; Coloseni 3: 23	Autosuficienţa:

Confidenţialitatea. 1 Corinteni 13: 7; 1 Petru 2: 9; 1 Timotei 5: 13	Clevetirea
Blândeţea: Galateni 5:	Asprimea

23; Coloseni 3: 12	
Compasiunea: Coloseni 3: 12; Luca 6: 28; Galateni 6: 2	Lipsa de compasiune
Sensibilitatea / Curtoazia / Politeţea: 1 Corinteni 13: 5	Necuviinţa
Fidelitatea: Galateni 5: 22	Infidelitatea

Fără înlocuitori

Datorită importanţei deosebite a prezenţei lăuntrice a Duhului Sfânt aş dori să reiau ceea ce am spus în cartea mea, *His Image... My Image,* despre „un nou sens al competenţei":

Cel mai eficient mod de a te folosi de competenţa latentă pe care o ai prin Sfântul Duh este să înţelegi resursele pe care orice creştin le are la îndemână în virtutea prezenţei lăuntrice a Duhului.

Un lucru minunat li s-a întâmplat ucenicilor Domnului în ziua Cincizecimii. Ei au fost umpluţi cu Duh Sfânt şi au pornit, prin puterea Lui, să schimbe cursul istoriei. Acelaşi
Duh Sfânt, care le-a dat putere ucenicilor pentru a trăi o viaţă sfântă şi pentru a fi mărturisitori plini de forţă şi eficace, vrea să lucreze astăzi în noi. Minunatul fapt că Iisus Hristos trăieşte şi îşi manifestă dragostea Sa prin noi este unul dintre cele mai importante adevăruri pe care le găsim în Cuvântul lui Dumnezeu.

Încercarea de a trăi după standardele imposibil de atins ale vieţii creştine bazându-ne doar pe noi înşine – şi dând greş, ceea ce e inevitabil – este menită să pună sub semnul îndoielii competenţa de care dispunem. De fapt, creştinul care încearcă din răsputeri să se identifice cu Hristos (un ideal supranatural) poate avea un simţ al competenţei mai puţin dezvoltat decât cineva care nu e creştin şi care trăieşte după un ideal uman. Standardele vieţii creştine sunt mult prea ridicate pentru a le putea atinge pe cont propriu. Aşa cum ştim din Cuvântul lui Dumnezeu, o singură persoană a reuşit să se ridice la nivelul lor – Iisus Hristos. Viaţa creştină este făcută pentru a fi trăită

prin puterea Duhului Sfânt.

Duhul Sfânt nu numai că îi dă posibilitatea creştinului de a se naşte în familia lui Dumnezeu, dar îl şi însoţeşte în dezvoltarea lui spirituală, în obţinerea roadelor spirituale.

Duhul Sfânt este cel care ne dă puterea de a fi rodnici în mărturia noastră. Înainte de a spune că noi trebuie să
„Mărturisim despre el atât în Ierusalim cât şi în toată Iudeea şi Samaria, şi până în cele mai îndepărtate părţi pământului”.
El zice: „Veţi primi putere atunci când Duhul Sfânt va veni la voi”. Nu numai că este imposibil să devenim creştini în lipsa
Duhului Sfânt, ci este, de asemenea, imposibil să culegem roadele Duhului în viaţa noastră şi să-l facem cunoscut altora pe Iisus.

Din momentul în care îl primim pe Hristos, Duhul Sfânt sălăşluieşte în noi, şi orice lucru de care avem nevoie pentru a fi oameni ai lui Dumnezeu şi pentru a-i fi folositori lui
Hristos ne devine accesibil. Secretul stă în a îngădui Duhului
Sfânt să umple sau să întărească viaţa noastră, astfel încât să putem trăi în toată libertatea pe care o avem la dispoziţie.
Este important să ştim că termenul pentru *a umple* nu se referă la ceva venit din afară, ci la ceva care deja există înăuntru şi care realizează această umplere. De aceea, prefer să folosesc termenii *a pătrunde* sau *a da putere.*

Suntem umpluţi cu Duh prin credinţă, credinţa în
Dumnezeul atotputernic care ne iubeşte. Când vrei să încasezi un cec şi ştii că ai bani în cont, nu intri în bancă întrebându-te dacă îţi va fi achitat sau nu cecul. Nu te gândeşti că va trebui să îl implori pe casier ca să îţi dea banii. Ci te duci cu încredere, prezinţi cecul la ghişeu şi aştepţi să primeşti banii care sunt dinainte ai tăi. Atunci când îi cerem lui Dumnezeu să ne umple întreaga fiinţă cu Duh Sfânt, care este dinainte în viaţa noastră, cerem, la fel, ceva ce deja ne aparţine, în calitate de copii ai lui Dumnezeu.

Dacă ne putem aştepta, numai datorită credinţei, să primim atât banii din cont, cât şi Duhul Sfânt care să ne umple, totuşi trebuie să cunoaştem, în ambele cazuri, factorii care precedă primirea. Îţi primeşti banii de la bancă doar dacă mergi acolo cu cecul sau cu un formular de încasare completat corect sau semnat. Dacă ai nesăbuinţa de a te duce fără să ţii seama de procedurile bancare necesare pentru returnarea unor fonduri, e puţin probabil că îţi vei primi banii. Numai

stând pe trotuarul din fața băncii și strigând: „Vreau banii mei!” nu vei obține ceea ce dorești.

Pregătirea în același fel, există câteva lucruri pregătitoare pentru a putea să te umpli cu Duhul Sfânt. În primul rând, trebuie să-ți fie foame și sete de Dumnezeu și să vrei sincer să te umpli de Duhul Său. Iisus a promis: „Binecuvântați sunt cei care flămânzesc și însetează după dreptate, pentru că ei vor fi săturați”.

În al doilea rând, trebuie să fii dispus să te abandonezi în mâinile lui Hristos, lăsându-l pe El să te conducă și să devină stăpânul vieții tale. Așa cum spune Pavel: „De aceea, vă îndemn, fraților, prin îndurările lui Dumnezeu, să aduceți trupurile voastre ca o jertfă vie, sfântă, plăcută lui Dumnezeu, aceasta este slujirea voastră spirituală” (Romani 12: 1).

În al treilea rând, mărturisește-ți fiecare păcat pe care îl știi și pe care Duhul Sfânt ți-l aduce aminte, și primește curățirea și iertarea pe care Dumnezeu ți le făgăduiește. „Dacă ne mărturisim păcatele, El este credincios și drept ca să ne ierte păcatele și să ne curățească de orice nedreptate. [Și este perfect justificat ca Dumnezeu să facă acest lucru, întrucât
Hristos a murit pentru a ne curați de păcate]” (1 Ioan 1: 9).

Pentru un creștin, a fi umplut de Duh Sfânt nu este un mod de viață opțional. Dumnezeu ne poruncește să fim plini de Duh Sfânt. „Și nu vă îmbătați de vin, aceasta este destrăbălare. Dimpotrivă, fiți plini de Duh” (Efeseni 5: 18).

Dar Dumnezeu nu ne dă porunci fără a ne oferi și modul în care ne putem supune lor. El ne promite că „orice lucru am cere conform voinței Lui”, ne aude. Iar dacă știm că, indiferent ce i-am cere, El ne aude, știm că rugile noastre vor fi ascultate.

Creștinii îl au deja pe Duhul Sfânt sălășluind în ei, așa încât nu trebuie să-i ceară să intre în viața lor. Dacă au să-i ceară ceva, atunci nu e decât să îi umple și să preia controlul asupra fiecărei alcătuiri, a fiecărui colț ascuns și a fiecărei fisuri.

Dacă, în calitate de creștini, suntem *sălășluiți* o singură dată de Duhul (din momentul în care Hristos a intrat în viața noastră prin Duhul Sfânt), vom fi *umpluți* de El de mai multe ori. De fapt, în grecește formularea este „fiți în starea de plinătate”, cu referire la Duhul care umple constant și continuu viața unui om, stăpânind-o și întărind-o astfel.

Frustrarea pe care o aduce efortul depus de unul singur este înlăturată atunci când trăim în puterea Duhului Sfânt.
Doar El ne poate oferi posibilitatea de a trăi viaţa sfântă şi plină de sens pe care ne-o dorim atât de mult.

Dacă ajungi să-ţi dai seama că îţi doreşti o viaţă plină de Duhul Sfânt, nu trebuie decât să ceri acest lucru de la Tatăl. Recunoaşte faptul că te-ai condus în viaţă după voinţa proprie, ceea ce este un păcat în faţa lui Dumnezeu, care este stăpânul de drept al vieţii tale. Mulţumeşte-i pentru că ţi-a iertat păcatele, prin Hristos, care a murit pe cruce pentru tine. Roagă-l pe Hristos să preia controlul asupra vieţii tale, iar pe Duhul Sfânt să te umple cu puterea Sa, astfel încât să-l poţi slăvi pe Hristos prin tot ceea ce faci.

Apoi, ca un act de credinţă, mulţumeşte-i pentru că ţi-a ascultat rugăciunea. Mulţumind, nu acţionezi în virtutea unei presupoziţii, ci a credinţei că El își respectă promisiunea pe care a făcut-o de a ne da orice ce îi cerem, câtă vreme acest fapt nu este împotriva voinţei Sale. Şi fiindcă ne porunceşte să ne umplem de Duhul Său, voia Sa este ca toţi creştinii să aibă parte de această viaţă supranaturală.

Puterea lui Dumnezeu sau a ta?

Datorită simţului competenţei pe care l-a dobândit în relaţia cu Duhul Sfânt, Pavel a putut spune: „Pot totul prin Hristos, care mă întăreşte”. Pavel își găsea îndreptăţirea nu în el însuși, ci în Dumnezeu, pe care l-a descoperit ca o parte integrantă a vieţii sale. „Nu că am fi noi înşine în stare să gândim ceva ca fiind de la noi înşine, ci destoinicia noastră este de la Dumnezeu”.

Studiindu-i pe cei aflaţi în slujba lui Dumnezeu, putem vedea adesea că atunci când se supun Lui, El le transformă slăbiciunile în puncte forte.

De atâtea ori oamenii spun: „Ah, John şi Mary ar trebui să se implice într-un gen special de activitate creştină. El/ea este atât de talentat (a), de convingător (oare), de înzestrat (a) din acest punct de vedere”. Însă, câteodată, calităţile se pot transforma în defecte. Puterile în care aveam încredere înainte ca Dumnezeu să fi pus în întregime stăpânire pe viaţa noastră pot fi uneori în dezavantajul nostru. Obişnuim să ne bazăm pe puterile ce se manifestau în noi înainte de momentul în care i-am dat posibilitatea Duhului Sfânt să sădească alte puteri în viaţa noastră. Puterile pe care

le aveam înainte ca Duhul
Sfânt să preia controlul nasc uneori tentaţia atitudinilor de autosuficienţă, egocentrism şi mândrie.

Pe de altă parte, slăbiciunile pe care ni le ştiam şi pentru îndreptarea cărora ne bazam pe Dumnezeu ne fac să fim legaţi de Duhul Sfânt în dorinţa noastră de a ne schimba.
Acestea se pot transforma în cele mai importante puteri ale noastre.

Pentru a avea o perspectivă corectă asupra propriului sine trebuie să ştii cine eşti, cu puterile şi părţile tale bune, cu defectele şi lipsurile, amintindu-ţi că acele puteri pot deveni ispite ale mândriei. A avea o imagine sănătoasă despre tine nu presupune faptul că nu ai limitele tale. Dacă ştii că trăieşti întru Hristos, eşti liber să îţi recunoşti slăbiciunile, defectele şi greşelile – fără să te simţi ameninţat de ele. Cu răbdare şi speranţă, poţi să rezolvi aceste probleme, fără să te autodesconsideri din cauză că nu eşti întruchiparea ideală al perfecţiunii.

Un om care se sprijină pe un puternic pilon al competenţei poate să susţină axioma amintită mai devreme: „Nu sunt cel care ar trebui (sau care am fost creat) să fiu, dar nu sunt nici cel care eram de obicei şi, prin harul lui Dumnezeu, nu sunt nici ceea ce urma să fiu". Putem fi încredinţaţi de acest lucru:
că „Acela care a început în [noi] această lucrare, o va sfârşi până în ziua lui Iisus Hristos".69

Te înşeli dacă îţi închipui că este greu să duci o viaţă de creştin. „Imposibil" ar fi un atribut mai potrivit, dacă încerci să trăieşti pe cont propriu. Numai Duhul Sfânt poate trăi prin tine această viaţă.
Dumnezeu vrea să facă astfel încât însuşirile naturii *Sale* să devină realitate în viaţa *ta.* Apostolul Pavel, notând caracteristicile unui om călăuzit de Sfântul Duh, a scris: „Roadă Duhului, dimpotrivă, este:
dragostea, bucuria, pacea, îndelunga răbdare, bunătatea, facerea de bine, credincioşia, blândeţea, înfrânarea poftelor. împotriva acestor lucruri nu este Lege" (Galateni 5: 22 – 23). A fi „persoana potrivită", din perspectivă biblică, este atunci când Dumnezeu, prin Duhul Sfânt, îşi trăieşte viaţa, în virtutea naturii Sale, prin tine.

Subiecte de meditaţie

— Din ce motiv intimitatea spirituală consolidează intimitatea sexuală?

— Studiază versetele care corespund atributelor pozitive ale

vieţii conjugale.

— Care este rolul Duhului Sfânt în viaţa ta?

Îngăduie-mi să subliniez încă o dată faptul că aspectul cel mai important al căsniciei mele cu Dottie este relaţia mea personală cu Iisus Hristos. Nu doar devotamentul autentic faţă de Hristos este necesar, ci şi dorinţa de a te dezvolta şi a deveni matur din punct de vedere spiritual.

Intervin atâtea situaţii în care un soţ frustrat sau o soţie nemulţumită vorbesc despre răceala sau indiferenţa partenerului în raport cu lucrurile spirituale: „Păi, am crezut că ea [sau el] se va schimba după ce ne vom căsători”.

Dă-mi voie să închei, oferindu-ţi patru repere în raport cu care poţi identifica dacă are sau nu loc un proces de maturizare spirituală. Ele au fost propuse de Dr. J. Allan Petersen, în cartea sa, *Before You Marry.*

Se arată, aici, că un cuplu trebuie să se dezvolte neîncetat sub aspectele de mai jos. Vei fi „persoana potrivită” dacă vei pune accentul în mod constant asupra următoarelor:

1. Acordă prioritate zilnic clipelor petrecute în compania lui Hristos.
2. Vorbeşte deschis despre Hristos cu alţii.
3. Fii atent la păcatul din viaţa ta şi luptă-te cu el.
4. Ascultă tot mai mult Cuvântul lui Dumnezeu.

Ai parte de stres? îţi afectează acesta viaţa intimă? Nu eşti singurul în această situaţie.

Într-un discurs pe care l-a ţinut recent în Statele Unite, directorul Institutului Naţional de Sănătate Mintală din Anglia a afirmat: „Întreaga lume occidentală este supusă stresului. Este una dintre bolile care evoluează cel mai rapid”. În general, stresul este o sursă majoră a problemelor în relaţia conjugală şi interpersonală. Ne afectează pe toţi, iar modul în care îi facem faţă se va repercuta asupra capacităţii noastre de a fi persoana potrivită într-o relaţie.

În urma unui studiu intitulat „Sănătatea familiei în era stresului”, efectuat în 1978 şi 1979 de General Mills, a reieşit că, dintre cele 15.000 de persoane chestionate, 82 % aveau o nevoie imperioasă de a învăţa

să facă faţă stresului. Bazându-se pe cercetările făcute în ultimii zece ani.
Academia Americană a Specialiştilor în Probleme Familiale estimează că două treimi dintre toţi pacienţii consultaţi de medici generalişti suferă de afecţiuni asociate stresului.

Cele de mai sus, alături de alte statistici similare, le-au dat de gândit multor preşedinţi de companii şi directori din domeniul industriei. Aceştia sunt îngrijoraţi fiindcă, în ultimii ani, absenteismul, cheltuielile medicale ale companiilor din cauza bolilor asociate stresului şi pierderile de producţie au costat întreprinderile 50 de miliarde de dolari. Ei cred că în doi ani, costurile factorului stres vor creşte la 75 de miliarde de dolari – o medie de 750 de dolari pentru fiecare angajat din Statele Unite. Familiile şi căsniciile sunt unele dintre cele mai afectate domenii de către stres. Stresul este o sursă majoră a problemelor care apar în relaţia conjugală şi interpersonală.

Don Osgood, instructor în domeniul managementului la IBM, a scris un text foarte bun despre stres, despre cauzele şi remediile sale. Următorul articol, pe care vreau să îl citez în întregime, datorită conţinutului extrem de relevant şi valoros, ne oferă răspunsuri la unele întrebări despre stres.

Cauză şi efect

Ai sesizat cât de stresat te simţi atunci când ai greşit cu ceva şi ţi-e teamă să nu afle cineva? Cu acest tip de stres ne confruntăm toţi, fiindcă toţi am greşit cu ceva, fie că am mâncat fursecuri pe furiş în cămară, fie că am încălcat o lege şi la următorul colţ dăm nas în nas cu un poliţist. Dar există şi alte cauze.

Uneori te molipseşti de stres la fel cum te molipseşti de o răceală, dacă eşti expus zi de zi. Şi nimeni nu se alarmează, pentru că toţi ştiu că puţin stres nu îţi poate face rău. Ba chiar îţi face bine. Dar într-o zi vei descoperi că maladia stresului excesiv te-a doborât fără ca măcar să îţi dai seama când a început totul. Te vezi nevoit, apoi, să găseşti o cale de a te vindeca – de a ieşi dintr-o luptă care te macină încet. În această luptă cu stresul, Dumnezeu îţi poate oferi vindecarea, atunci când renunţi la propriul tău drum.

Relaţia cu celălalt este unul din factorii cheie în confruntarea cu stresul. Atunci când facem ceva rău, sau care poate jigni pe cineva, dacă el sau ea află, stresul se accentuează. Unul dintre motive este teama ca relaţia să nu se năruie. Doi doctori de la Facultatea de

Medicină din cadrul Universităţii din Washington, Holmes şi Rahe, au enumerat patruzeci şi trei de evenimente de viaţă, constituind o scară a stresului.
Din cele patruzeci şi trei de evenimente, zece produc, cel mai pregnant, condiţii de stres. Şapte din cele zece sunt direct legate de pierderea unei relaţii, cum ar fi divorţul, moartea soţului sau a soţiei, despărţirea sau abandonul. Există însă un lucru pe care această scară îl trecere cu vederea; o relaţie de supunere faţă de Dumnezeu, care nu poate fi silit, convins sau manipulat să facă ceva care să ne dăuneze.

În capitolul patru al Epistolei către Evrei, relaţia de ascultare este indicată ca o cale de a scăpa de maladia stresului într-un mod atât de firesc încât putem foarte uşor să o trecem cu vederea: „Fiindcă cine a intrat în odihna Lui, s-a odihnit şi el de lucrările lui". Această idee de a se odihni de lucrările personale este atât un mesaj pentru evrei privitor la Sabat, cât şi o referinţă la Pământul Făgăduinţei. Dar este şi reţeta pe care ne-o oferă Dumnezeu pentru a ne putea elibera în fiecare zi de apăsarea stresului.

Rădăcinile disconfortului

Primul pas îl constituie o reexaminare a sinelui. Dr. Harry Levinson, renumit psiholog, vorbeşte despre aşa-numitul eu ideal – ideea superioară, luminoasă despre ceea ce ar trebui să devenim în cele din urmă. Am face aproape orice să avem o imagine despre noi care să ne înfăţişeze cât se poate de mari şi de buni, fiindcă dorim să putem avea o părere bună despre noi înşine. De multe ori, însă, există un decalaj între ceea ce suntem şi ceea ce ne-ar plăcea să fim, iar acest decalaj poate provoca disconfortul maladiv al stresului – sau să-i spunem stresul eului – fiindcă la originea problemei esenţiale se regăseşte însuşi eul nostru. De aceea, chiar dacă eşti, probabil, un creştin devotat, trebuie să îţi reexaminezi stilul de viaţă.

Din propria mea experienţă în legătură cu acest tip de stres am extras o lecţie importantă. Am fost întrebat, la firma unde lucrez, dacă aş fi interesat să particip la un proiect în Japonia. Pentru ego-ul meu era un prilej minunat de a căpăta încredere, însă ştiam că, dacă aş fi acceptat, puteam să creez probleme în familie. Îmi mutasem familia deja de patru ori în oraşe diferite, iar după una dintre aceste mutări, fiul meu mai mare, pe atunci în vârstă de cincisprezece ani, a fugit, lipsind de acasă câteva zile. Trebuia să fiu conştient că nu aveam dreptul să iau în calcul o asemenea mutare

acum, când celălalt băiat ajunsese şi el la vârsta critică de cincisprezece ani. Timp de şase săptămâni, am lăsat însă conducerea să mă aibă în vedere, alături de alţi câţiva. „Doamne, nu încerc să mă vând.
Îi las doar pe ei să decidă”. Soţia mea, Joan, a spus: „Mă rog să găsim o cale de ieşire, Don”. Şi am ştiut, din felul în care a zis-o, că nu voia să meargă. Fiul meu de cincisprezece ani a fost categoric: „Eu nu vreau să plec, tată!”

La capătul celor şase săptămâni, s-a anunţat că fusese ales altcineva. „E în ordine”, am zis. Dar după două zile m-am ales cu o afecţiune intestinală care nu mi-a mai dat pace şi abia atunci am început să-mi dau seama cât de puternică fusese starea de tensiune pe care o trăisem. După patru zile de rău, m-am trezit în mijlocul nopţii şi, cu sinceritatea pe care ţi-o îngăduie surmenajul, m-am rugat încet: „Doamne, înţeleg acum cât de tare m-am frământat. Spală-mă de păcatul care mă face să mă gândesc la dorinţele mele, vindecă relaţia mea cu familia… şi, te rog, vindecă-mă şi de boala mea fizică”.

În noaptea aceea nu a mai trebuit să mă dau jos din pat, fiindcă păcatul meu fusese iertat, iar necazul meu dispăruse instantaneu, odată cu încordarea. Învăţasem, în final, o lecţie importantă. O persoană poate deveni atât de preocupată să obţină o poziţie în viaţă încât riscă să-şi piardă propria familie şi legăturile spirituale. Iar pe parcurs, cunoaşterea a ceea ce este bine rămâne adânc îngropată.

O preocupare fatală

Dacă alegi să trăieşti după propriile tale legi, fără să înveţi în acelaşi timp să laşi de la tine, sau dacă îl înfrunţi pe
Dumnezeu în favoarea ego-ului tău, atunci trăieşti în propria ta împărăţie, însă nu urmezi calea Lui.

Capacitatea de a-ţi asuma responsabilitatea reprezintă un aspect determinant în lumea noastră agitată, iar ego-ul este o parte importantă a acestuia. Dumnezeu ne-a creat pe fiecare cu câte un ego pentru a fi în stare să înfăptuim ceva. Însă faptul că suntem preocupaţi de noi înşine este împotriva voinţei Sale, întrucât astfel rămânem propriii noştri sclavi. Probabil că 90 %
din viaţă o petrecem gândindu-ne la noi şi gonind după eul nostru ideal. Însă planul pe care El ni l-a hărăzit, atunci când suntem stresaţi peste măsură, este să renunţăm la activităţile noastre şi să redevenim preocupaţi de El. Aşa cum zice un vechi proverb spaniol: „Nu povara, ci

povara prea mare omoară animalul”. Cu alte cuvinte, stresul normal al zilei plus grija pentru noi înşine este ceea ce ne dăunează. Iisus ştia acest lucru, atunci când a spus: „Veniţi la Mine toţi cei trudiţi şi împovăraţi [suprasolicitaţi, stresaţi peste măsură, obosiţi de lupta pentru existenţă] şi Eu vă voi da odihnă” (Matei 11: 28).
Este o cale a supunerii dătătoare de linişte.

Dar mai există un stres, cauzat de frământarea izvorâtă din nehotărâre. Pe vremea când locuiam în Kansas City, încercând să mă hotărăsc pe ce drum să apuc, fiindcă firma la care lucram era în reorganizare, am primit oferte de slujbe în
Chicago şi în New York. Eu voiam să rămân în Kansas City, spre deosebire, însă, de Joan. Credeam că am chemarea de a propovădui acolo, în cadrul unei organizaţii evanghelice, dar mi s-a spus: „Amândoi, şi tu, şi soţia ta, trebuie să simţiţi chemarea”. După câteva săptămâni de frământări, m-am consultat cu un frate creştin, care mi-a sugerat o cale de a îndepărta stresul cauzat de nesiguranţa care se naşte atunci când doi oameni foarte apropiaţi ajung la o neînţelegere.

„Trebuie să faci trei lucruri”, mi-a spus. „Mărturiseşte-ţi toate păcatele pe care le ai şi înlătură tot ce stă în calea unei relaţii pure cu Dumnezeu. Apoi, vorbeşte-i soţiei despre problema ta, la modul cât se poate de sincer. În final, pune-ţi credinţa în faptul că El îţi răspunde acum – nu că îţi va răspunde, ci că o face chiar acum. Apoi, lasă lucrurile să decurgă de la sine”. Este ceea ce se numeşte încredinţare deplină. Parcursesem primii doi paşi, dar nu şi pe acest al treilea şi cel mai important. Când mi-am mărturisit în faţa lui
Dumnezeu credinţa că El îmi răspunde – în acel moment – câteva minute mai târziu am aflat încotro urma să merg.

Un om de afaceri trebuia să ţină o conferinţă în Rochester.
Minnesota şi era în întârziere. Peste o oră şi jumătate avea să-şi înceapă discursul, nu-şi luase prânzul şi de-abia atunci pornea din Minneapolis, aflat la o distanţă de 128 de kilometri.
Deşi de obicei conducea cu 90 de kilometri pe oră, a accelerat pe autostradă atingând viteza năucitoare de 140 de kilometri pe oră, până când a fost reperat de o patrulă. L-a văzut pe poliţist fixându-l cu privirea în timp ce trecea în goană şi s-a rugat:
„Doamne, ştii că trebuie să ajung la Rochester. Nu-l lăsa să mă oprească”. Însă ceva l-a împiedicat să mai continue şi a adăugat:
„Dacă nu ai nimic împotrivă”. După câte se pare, a avut ceva împotrivă,

fiindcă poliţistul l-a oprit şi l-a întrebat unde se duce.
A răspuns: „Să ţin o prelegere despre stres”. Şi apoi, cu mare sfială, a adăugat: „Iar acum sunt foarte stresat”.

Nu ne place să-i întâlnim pe oameni atunci când am greşit cu ceva, mai ales atunci când oamenii respectivi reprezintă autoritatea. Dar recunoscându-ne greşeala, reducem intensitatea stresului. E ciudat faptul că, deşi nu e plăcut, ne simţim mai eliberaţi dacă suntem prinşi asupra faptului atunci când ne facem vinovaţi de ceva, decât dacă purtăm în noi conştiinţa vinovăţiei. Mai devreme sau mai târziu, trebuie să ne acceptăm vina, altfel riscăm să pierdem atitudinea deschisă care face posibilă o legătură spirituală.

Expectanţe irealizabile

Acestea au aceleaşi efecte ca şi cele ale stresului cauzat de nesiguranţa de sine. Un prieten de-al meu, doctor în filosofie, a început să aibă senzaţia că firma la care lucra se baza prea mult pe talentul său de a găsi noi soluţii teoretice şi că nu făcea progresele pe care simţea că trebuie să le facă. Îndoiala sâcâitoare că nu se putea ridica la nivelul aşteptărilor celorlalţi l-a băgat până la urmă în spital, până să-şi dea seama că relaţiile trainice se clădesc pe ceea ce suntem, şi nu pe ceea ce vor oamenii să fim. Când, în cele din urmă, după un an de terapie, un psihiatru l-a întrebat: „De ce sunteţi atât de dur cu dumneavoastră? Dumnezeu vă iubeşte”, a început să se vindece.

Dacă vom continua să ne ghidăm în viaţă după ideea că Dumnezeu aşteaptă de la noi să fim buni, ego-ul nostru va fi supus stresului, chiar dacă nu vom fi conştienţi de acest lucru. Când ajungem să înţelegem că Dumnezeu ne iubeşte, dându-ne seama că nu putem fi buni fără El, ne apropiem de starea de libertate. Vindecarea lui Hristos înseamnă, de fapt:
„Nu încerca mai mult. Nici măcar nu gândi mai mult. În loc să-ţi urmezi propria cale, fii mai supus”. A spus-o sub o altă formă în Predica de pe munte: „Uitaţi-vă cum cresc crinii câmpului”. Însă cu cât avem succes mai mare în viaţă, cu atât mai greu este să vedem crinii, darmite să-i contemplăm cum cresc. Atunci când privim, cu adevărat, un crin, ne dăm seama că este frumos doar prin faptul că este în consonanţă cu voinţa lui Dumnezeu, fără să fie neliniştit de ceea ce ar putea să devină sau de ceea ce nu ar putea să devină.

Dacă nu vei reînvăţa să ai încredere în planul Domnului, s-ar putea ca mai târziu, într-un anume moment, să te cuprindă

îngrijorarea. Hristos a ştiut foarte bine acest lucru. „Nu vă îngrijoraţi", a spus El. Când ai de realizat un proiect atât de mare încât pare că nu-i vei da de capăt şi ştii că trebuie să-l
termini în decurs de o lună, hotărăşte exact cât vei lucra astăzi. Nu te sustrage de la ce trebuie să faci, vreme de două săptămâni de acum încolo. Aceasta este o modalitate practică de a asculta îndemnul lui Hristos care ne spune să nu ne îngrijorăm de ziua de mâine.

În loc să te vindece de nelinişte, Hristos vrea să te vindece de sursa neliniştii tale. Dacă ai ajuns la punctul în care nu mai poţi privi crinii în fiecare zi, probabil că viaţa ta este deja dominată de stres. Iată câteva dintre semnele de zi cu zi ale stresului, la care trebuie să fiţi atenţi:

O schimbare inexplicabilă a eficienţei. Îţi dai seama dintr-odată că nu eşti în stare să duci la capăt în mod satisfăcător activităţi pe care, de obicei, le îndeplineai cu succes.

Inconstanţă în activitate. Săptămâna trecută aveai o eficienţă ridicată, dar săptămâna aceasta, din anumite motive, nu îţi iese nimic.

Reflexul absenţei. Te trezeşti că îţi iei zi liberă sau îţi umpli timpul cu alte lucruri „importante", atunci când se iveşte ceva de făcut ori când ai o întâlnire cu cineva.

Răcirea relaţiilor. Oamenii cu care te înţelegeai bine nu mai sunt atât de prietenoşi şi de naturali cum erau de obicei faţă de tine.

Acestea şi încă altele sunt semne care indică faptul că probabil stresul pune stăpânire pe tine şi că trebuie să faci ceva. Care sunt cauzele care ne fac să fim preocupaţi de noi înşine şi care pot naşte în noi necredinţa şi nesupunerea?

Schimbarea neaşteptată. Fie că vine din partea noastră, fie că vine din partea altora. A născut în viaţa ta o nouă responsabilitate, pentru care nu eşti pregătit, sau care îţi solicită mai degrabă părţile slabe decât cele puternice? **Te-ai** mutat, sau eşti pe punctul de a te muta?

Aspiraţii neîmplinite. Ai ajuns la o vârstă de mijloc fără să-ţi fi atins ţelurile pe care ţi le-ai propus în viaţă şi sunt puţine şanse să le atingi?

Teama că, pe măsură ce înaintezi în vârstă, randamentul tău scade. De obicei această teamă este nejustificată. Randamentul tău se schimbă odată cu vârsta, însă îţi dezvolţi aptitudini noi, care compensează reducerea capacităţii în alte domenii.

Conflictele izvorâte din structura personalităţii. Acestea apar din cauză că cineva încearcă să îţi impună voinţa **lui** în legătură cu viaţa ta – sau tu încerci să îi impui cuiva concepţia ta privitor la cum ar trebui să trăiască. Oricum ar fi, oamenilor nu le place să fie siliţi de către ceilalţi să se schimbe, iar când cineva încearcă să facă acest lucru, apare stresul. Uneori este justificat, cum e cazul perioadei de viaţă în care ne aflăm sub tutela părinţilor. Dar a impune cuiva disciplina urmând calea Domnului şi a-l domina şi a-l manipula sunt două lucruri total diferite. Disciplina trebuie să existe. Dominarea nmfie că eşti ministru, director de firmă sau mamă.

Să *faci ceva prin care îţi calci pe conştiinţă.* Este nevoie de maturitate şi curaj pentru a-ţi apăra convingerile, să-i spui celui de lângă tine sau superiorului tău: „Aşa ceva nu fac”.

Te poate costa o invitaţie retractată sau chiar o slujbă, într-un anumit moment al vieţii, dar este dovada unei verticalităţi care te ajută să trăieşti împăcat cu tine însuşi. Nu este uşor, dar este esenţial.

Puterea slăbiciunii

Iată câteva măsuri practice prin care te poţi feri permanent de o viaţă trăită în anxietate – de traiul pe apucate – folosindu-te de propriile tale puteri. Aceste măsuri le poţi avea în vedere numai după ce ţi-ai reafirmat supunerea faţă de Dumnezeu, având credinţa că El lucrează în tine. Apoi poţi trece la fapte.

Învaţă să laşi problemele la o parte, pentru o vreme.

Când te afli într-o situaţie de stres, dezvoltă-ţi capacitatea de a uita o clipă de aceasta. Concentrează-te asupra **unui lucru** total diferit pentru un interval de timp determinat, iar apoi întoarce-te la problema pe care o ai. Spune-ţi ţie însuţi:

„E în regulă, nu voi mai aştepta să treacă o oră, fiindcă o pot rezolva chiar acum”. Sfatul din Proverbe 3: 5: „Încrede-te în Domnul din toată inima ta; şi nu te baza pe înţelepciunea ta>”, se referă la o relaţie de încredere pe care trebuie să o avem când e vorba o problemă anume.

Fă-ţi un program neconvenţional. Îndeplineşte sarcinile dificile pe care le ai de la primele ore ale dimineţii, când poţi lucra fără să intervină lucruri care să te streseze. Învaţă ca atunci când te rogi să dai ascultare îndrumărilor pe care Domnul **le** are pentru tine în acea zi, urmând exemplul lui Hristos, care se trezea dimineaţa foarte devreme

ca să se roage.

Scrie „memorii" către Dumnezeu. Dacă eşti prins într-o situaţie de stres, întocmeşte la repezeală o notă scrisă în care să descrii ceea ce simţi în termeni clari şi sugestivi. Scrie exact ceea ce te deranjează. Numeşte persoanele sau faptele care te supără. Plasează-ţi sentimentele în exterior. De multe ori, simplul fapt de a le aşterne în scris îţi oferă o altă perspectivă, făcând ca problema să devină mai uşor de rezolvat, eliberându-te de stres. Nu spune că nu te simţi prost, dacă aşa te simţi.

Fii sincer şi spune adevărul în faţa lui Dumnezeu. Recunoaşte că eşti într-un impas şi cere-i ajutorul astfel încât să te poţi elibera de lucrurile pe care le-ai notat în scris.

Schimbă cadrul. Ia o pauză de douăzeci de minute, în care să faci o alergare serioasă, urmată de un duş sau de o partidă de înot. Sau serveşte un prânz liniştit, de unul singur. Sau, când stresul se acumulează, scapă de problemă ieşind pe uşă. Important este să schimbi cadrul, complet.

Fă-o uneori în mod mai organizat. De exemplu, pleacă într-o excursie de o săptămână împreună cu soţia sau cu soţul, fără copii, şi redescoperă bucuria şi importanţa relaţiei voastre.

Toate acestea sunt bune prilejuri de a restabili un dialog cu
Domnul.

Găseşte un model demn de urmat. Gândeşte-te la umanitatea lui Hristos şi la motivul pentru care a reuşit să facă faţă cu succes unui stres mult mai mare decât cel la care ai fost tu vreodată supus. A izbutit nu doar pentru că El era
Dumnezeu, ci şi pentru că a realizat ceva în calitatea Sa de om. Unul dintre lucrurile pe care le-a făcut a fost să renunţe la El însuşi. A pus în practică acest lucru de-a lungul întregii
Sale perioade de maturitate.

Găseşte pe cineva „deosebit" care să-ţi poată fi de ajutor.
Alege o persoană sau nişte persoane pe care le admiri în mod special, în care ai încredere că sunt cinstite cu tine şi cărora simţi că poţi să le ceri sfatul în legătură cu problemele tale personale. (Nu neapărat cineva care are autoritate asupra ta sau de la care speri să te scoată din necaz.) Alege pe cineva împreună cu care să te poţi ruga cu voce tare sau în linişte. În ambele cazuri, rugăciunea alături de un prieten în faţa căruia poţi fi cinstit faţă de tine însuţi este un o cale foarte bună de a te

elibera de stres. Conştientizează, în timpul rugăciunii, că Dumnezeu este preocupat de cauza reală a neliniştilor tale. Acesta este unul din motivele pentru care El vrea să ne înţelegem între noi, fie că suntem doi sau mai mulţi.

Copiii lui Israel nu au reuşit să ajungă în Ţara Făgăduinţei, din cauza nesupunerii lor, a lipsei de credinţă în Dumnezeu şi a tendinţei de a avea încredere numai în propriile lor soluţii.

Acest adevăr se aplică şi în cazul tău şi al meu. Locul în care ne putem găsi odihna, în lumea noastră modernă, este la fel de accesibil ca şi Ţara Făgăduinţei pentru israeliţi – nu e nevoie de ani întregi de consiliere sau de strădeinţe personale. Însă dacă ne punem speranţa doar în soluţii de ordin practic, acestea se vor dovedi, în cel mai bun caz, cârpăceli.

Studiază mai atent versetele 9 şi 10 din Evrei, capitolul 4.

„Rămâne deci o odihnă ca şi cea de Sabat pentru poporul lui Dumnezeu. Fiindcă cine a intrat în odihna Lui, s-a odihnit şi el de lucrările proprii, cum *S-a odihnit* Dumnezeu de lucrările Sale". Aceasta este calea, confirmată dinainte de către Dumnezeu, de a scăpa din deşertul stresului. El înlocuieşte stresul cu odihna. Atunci când crezi că învăţăturile Fiului Său.

Iisus, sunt porunci pe care trebuie să le ascultăm, promisiuni în care trebuie să ne încredem şi exemple pe care trebuie să le urmăm zi de zi, atunci zbuciumul eului care cauzează stresul se va diminua.70

Tainele meşteşugului într-un interviu acordat pentru DPD Digest (organul de presă al IBM).

Osgood oferă câteva sugestii referitoare la modul în care putem face faţă stresului la serviciu. Este extrem de important, întrucât greutăţile şi situaţiile tensionate dintr-o căsnicie sunt adesea legate în mod direct de stresul de la serviciu. „Nimeni nu trebuie să înfrunte stresul de unul singur, însă cei mai mulţi dintre noi încercăm să părem calmi la serviciu şi adesea sunt lucruri care ne provoacă nelinişte şi nu găsim pe nimeni în care să avem încredere. Într-un fel, devenim o oală sub presiune, iar în final sentimentele care clocotesc înăuntru ajung să facă ravagii.

Trebuie să reînvăţăm să fim cinstiţi cu noi înşine şi cu ceilalţi, fără să ne afectăm relaţiile în mod negativ.

Găseşte pe cineva care te acceptă aşa cum eşti – cu slăbiciuni cu tot. Relaţiile mature sunt construite pe o asemenea acceptare.

Am făcut odată acest lucru în timpul unei discuţii de analiză a randamentului cu şeful meu. I-am spus: „Aş vrea să vorbesc despre câteva dintre punctele mele slabe. Dacă mi le spui şi tu pe ale tale, poate că vom putea lucra mai bine împreună”. A fost una dintre cele mai reuşite zile din cariera mea, şi m-a ajutat mai târziu, când presiunile slujbei au devenit apăsătoare.

Învaţă cum să îţi exprimi în mod sincer îngrijorarea, fără să judeci. Când un coleg va mai spune ceva care te deranjează, încearcă să-i spui: „Când te-am auzit spunând asta, am fost dezamăgit”, în loc de: „Când te-am auzit spunând asta, m-ai dezamăgit”. În felul acesta îl judeci. Ceea ce spunem, în realitate, în al doilea caz, este: „Mi-ai făcut-o. Eşti de vină”.

Învaţă să îţi exprimi adevăratele sentimente pozitive.

Nu ţine în tine sentimentele de admiraţie, interes sau recunoştinţă, atâta vreme cât acestea sunt sincere.

Dezvoltă-ţi capacitatea de a găsi satisfacţii. Fă un lucru, la slujbă sau în afara ei, pe care doreşti cu adevărat să-l faci, chiar dacă pare prostesc – şi ideal ar fi să-l faci alături de cineva cu care îţi doreşti să fii. Fă călătoria prin ţară la care te tot gândeşti, sau navighează pe râu în jos într-o colibă plutitoare.

Cumpără-ţi ceva după care tânjeşti, având grijă să nu îţi şifonezi prea tare bugetul. Încearcă să faci măcar câteva din lucrurile pe care doreşti să le faci şi care nu dăunează relaţiilor tale.

Ajută-i pe ceilalţi când au probleme. Îţi poţi dezvolta, astfel, o dată în plus un mod pozitiv de a-ţi percepe propriile probleme.71

Evident, nu pot sublinia îndeajuns cât de important este să conştientizezi faptul că stările de tensiune nu pot fi trecute cu vederea.

Dacă acestea rămân nerezolvate, se ajunge la descurajare sufletească, sănătate precară, sentimente rănite şi relaţii destrămate. Dar, dacă înveţi acum să faci faţă stresului, vei avea foarte mult de câştigat în relaţiile interpersonale – mai ales în relaţia de dragoste, conjugală şi sexuală.

Nu are importanţă care ar putea fi cauza stresului din viaţa ta, poţi învăţa, aşa cum am făcut şi eu, să îi faci faţă. Şi, de fapt, cultivând relaţii bune cu oamenii, în special cu partenerul tău de viaţă, obţii unul dintre cele mai bune remedii împotriva stresului. Fiecare dintre noi are nevoie de cineva pe care să se poată baza şi în care să aibă încredere în clipele străbătute de greutăţi şi nelinişti.

Subiecte de meditaţie

— Care este cauza celui mai acut stres din viaţa ta?

— Enumera simptomele stresului pe care le regăseşti în viaţa ta.

— Ce poţi face chiar în acest moment pentru a începe să reduci din intensitatea stării de stres?

Care este cel mai recent motiv de neînţelegere cu partenerul tău?

Dacă eşti un om obişnuit, probabil că este vorba de modul în care aţi câştigat sau aţi cheltuit banii. Atunci când doi oameni se unesc într-o căsnicie, primul conflict apare de obicei în legătură cu banii – şi de prea multe ori acesta rămâne întreaga viaţă subiectul care naşte cele mai multe controverse în cadrul relaţiei. Dacă doreşti să te bucuri de o relaţie de dragoste, conjugală şi sexuală împlinită, abilitatea de a te folosi de bani în mod eficient este absolut esenţială.

Nimic nu poate afecta negativ o relaţie mai repede decât problemele legate de administrarea greşită a veniturilor financiare. Motivul ni-l
sugerează Iisus în Matei 6: 21: „Pentru că unde este comoara voastră, acolo va fi şi inima voastră". Mai mult decât orice alt domeniu, utilizarea banilor este un prilej în care motivaţiile ce guvernează inima unui om sunt puse la încercare. Nu e de mirare că printre cauzele majore ale divorţului, în ziua de azi, se află conflictul privitor la veniturile financiare.

Am citat, mai devreme, dintr-un sondaj realizat de revista *McCall* pe un eşantion de 30.000 de femei. Acesta a relevat faptul că „aproape una din trei femei au declarat că o problemă majoră care există între ea şi soţul ei este lipsa banilor". De fapt, „problemele financiare s-au situat mult deasupra tuturor celorlalte probleme enumerate, cu o singură excepţie – aceasta fiind lipsa de comunicare".72

Studiile arată că este nevoie de mai mult timp pentru a se ajunge la o echilibrare în plan financiar, lăsând la o parte compatibilitatea în plan sexual.73

Americanul obişnuit care are un loc de muncă îşi petrece aproximativ
80% din timp gândindu-se, direct sau indirect, la bani. „Să cumpăr

asta? Voi primi oare o mărire de salariu? Să fac această investiţie? Cât să cheltui pe îmbrăcăminte? Să cumpărăm o casă sau să închiriem una? Oare îmi voi putea permite să iau avionul spre casă, de Crăciun? Mă întreb cât câştigă Fred pe an? Să cumpărăm o maşină nouă sau una de ocazie? Cât să-i restitui lui Dumnezeu?"

Alege-ţi stăpânul

Iisus ne spune de ce, în Matei 6: 24: „Nimeni nu poate sluji la doi stăpâni. Căci, sau va urî pe unul şi va iubi pe celălalt, sau va ţine la unul şi va nesocoti pe celălalt. Nu puteţi sluji lui Dumnezeu şi lui Mamona [bogăţia]". Ori vei fi tu stăpânul banilor, ori te vor lua ei în stăpânire pe tine.

Fiindcă îţi vei aduce în cadrul căsniciei propriile deprinderi privitoare la cheltuieli, este important să îţi formezi obiceiuri financiare sănătoase câtă vreme trăieşti încă singur. Utilizarea banilor, corectă ori nesăbuită, poate fi o sursă activă de divergenţe în fiecare casă. Un partener neglijent sau necumpătat poate literalmente să distrugă o căsnicie prin lipsa de control şi prin felul în care se foloseşte de bani. Fără îndoială că ai avut ocazia să constaţi acest lucru atât în familia ta, cât şi în altele pe care le cunoşti bine.

Ca şi creştini, singura opţiune legitimă este să-l slujim pe Dumnezeu, şi nu pe Mamona. Apostolul Pavel, un observator plin de experienţă al familiilor şi comunităţilor bisericeşti, scria: „Căci iubirea de bani este rădăcina tuturor relelor" (1 Timotei 6: 10). Ţine bine minte ce a scris:

„Iubirea de bani", nu banii înşişi, constituie „rădăcina tuturor relelor". Banii sunt un fapt neutru – nici buni, nici răi. Doar atitudinea noastră faţă de bani şi ceea ce facem cu ei poate fi rău. Felul în care te foloseşti de bani spune multe despre ce fel de relaţie ai cu Dumnezeu şi cu ceilalţi.

În cartea sa, *Your Money în Changing Times,* autorul Larry Burkett arată faptul că sunt mai mult de şapte sute de versete în Biblie care se referă la bani sau la posesia acestora şi că două treimi dintre parabolele lui Iisus amintesc de bani sau de posesia acestora. Iisus a ştiut că inimile oamenilor pot fi dezbinate în opţiunea pentru El sau pentru bani şi a explicat limpede că oamenii nu trebuie doar să aleagă între a sluji lui Dumnezeu sau banilor, ci, de asemenea, să aibă un comportament responsabil faţă de eventualii bani pe care i-ar deţine.

Administrarea finanţelor

Având această perspectivă de principiu, aş vrea să aruncăm o privire asupra importanţei banilor atât din punctul nostru de vedere, cât şi din punctul de vedere al lui Dumnezeu. Să ne oprim asupra propriilor noastre venituri financiare la un nivel foarte practic. O mare parte din ceea ce vreau să îţi împărtăşesc aici vine fie din experienţa mea personală, fie din cunoştinţele pe care le-am dobândit de la colegul meu
Ethan Pope, un prieten drag, membru al Cruciadei pentru Hristos, care scrie şi vorbeşte în mod frecvent pe tema planificării financiare.

1. Stabiliţi-vă obiective financiare

Unul dintre motivele pentru care atât de multe cupluri se contrazic
(sau chiar se ceartă) pe tema banilor este faptul că niciodată nu au discutat despre obiectivele financiare ale familiei lor. Multe dispute se ivesc doar ca urmare a unor premise diferite. Soţul poate să creadă că achiziţionarea unei ambarcaţiuni este o prioritate absolută, în timp ce soţia se gândeşte că este mult mai important să pună deoparte pentru un avans la o casă.

Cele mai multe conflicte financiare într-o căsnicie pot fi evitate dacă veţi face două lucruri simple:

— Stabiliţi obiective financiare în cadrul unui buget

— Discutaţi regulat despre obiectivele voastre financiare în Proverbe 21: 5 citim: „Planurile omului harnic nu duc decât la belşug", iar acest principiu simplu pus în practică vă poate oferi avantajul de a fi stăpâni pe veniturile voastre financiare, în loc să ajungeţi voi înşivă sub stăpânirea lor.

Unul dintre motivele pentru care nu avem obiective financiare clare în viaţa noastră este faptul că nu ştim cum să le formulăm în scris sau cum să le punem în aplicare. Pentru a depăşi acest impas, trebuie să parcurgeţi următoarele cinci etape care duc la realizarea obiectivelor:
rugaţi-vă, scrieţi, propuneţi, stabiliţi intervalul de timp şi evaluaţi. Să examinăm fiecare etapă.

Cel mai important aspect în stabilirea obiectivelor este rugăciunea.
Întrebaţi-l pe Dumnezeu care este voinţa Sa în legătură cu viaţa voastră şi cu banii pe care vi i-a dat. În Iacov 1: 5 se spune: „Dacă vreunuia dintre voi îi lipseşte înţelepciunea, s-o ceară de la Dumnezeu,

care dă tuturor cu mână largă şi fără mustrare, şi ea îi va fi dată". Aşadar, mai întâi trebuie să crezi că Dumnezeu îţi va da înţelepciune atunci când i-o ceri.

A doua chestiune pe care trebuie să o ţineţi minte este aceea de a vă aşterne pe hârtie obiectivele. Visele nu se transformă, de obicei, în obiective sau în realitate până ce nu sunt formulate în scris. Pentru acest lucru este necesar să fiţi în fiecare zi, clipă de clipă, însoţiţi de
El, fiindcă înainte de a vă aşeza cu scopul de a determina obiectivele, trebuie să aveţi certitudinea că în viaţa voastră totul este drept înaintea lui Dumnezeu, că aveţi o inimă curată şi că niciun păcat nu a rămas nemărturisit. Dacă, în ce vă priveşte, totul se prezintă aşa cum se cuvine, atunci Dumnezeu vă va da înţelepciunea de care aveţi nevoie.
Dacă, însă, în viaţa voastră există păcate pe care aţi decis să le ignoraţi – situându-vă, astfel, în mod deliberat în afara comuniunii cu Dumnezeu – este foarte posibil să vă stabiliţi scopuri proprii, dincolo de cele pe care le are în vedere Dumnezeu.

Apoi, faceţi în aşa fel încât obiectivele voastre să fie realiste şi realizabile. De exemplu, dacă o persoană vrea să facă donaţii de un milion de dolari în acest an, însă el câştigă numai 30.000 $, obiectivul său este nerealist, ca să nu spunem mai mult. Bineînţeles, nu dorim să limităm puterea extraordinară a lui Dumnezeu de a face minuni în viaţa noastră, însă dacă ne fixăm ţinte pe care nu le putem atinge, putem fi cuprinşi de descurajare. Trebuie să-l lăsăm pe Dumnezeu să lucreze în noi acolo unde ne aflăm. Dacă avem încredere că Dumnezeu ne va ajuta să realizăm un anumit număr de obiective pe care ni le propunem în viaţă, vom dobândi încredere şi ne vom fixa scopuri cu atât mai înalte pe viitor.

A patra etapă este aceea în care stabiliţi termene precise pentru fiecare obiectiv. Un obiectiv fără un termen final sau o dată limită este asemenea unei mingi de fotbal dezumflate. Practic, este inutil.

Pe lângă importanţa fixării unor date limită, intervine o a cincea etapă: faceţi în aşa fel încât obiectivele să poată fi evaluate. Dacă spui:
„Anul acesta voi dona o grămadă de bani", afirmaţia este mult prea generală. De unde poţi să ştii că ai să realizezi acest obiectiv până la sfârşitul anului? Ce înseamnă „o grămadă de bani"? Poate că, pentru voi, 20% din venituri înseamnă mult, în vreme ce altcineva ar putea crede că, dând 30%, aduce a zgârcenie. Stabilindu-vă scopuri concrete,

veţi putea şti dacă aţi realizat sau nu ceea ce v-aţi propus.

Eu cred că, în realitate, soţul trebuie să-şi asume rolul de lider în stabilirea obiectivelor, dar şi soţia trebuie să fie implicată activ în procesul de luare a deciziilor. Dacă necazurile se vor evitate, avem nevoie de consens.

2. Stabiliţi un buget

Acesta ar trebui să fie primul vostru obiectiv financiar. O clipă! Ştiu că, probabil, această secţiune nu vă îmbie la lectură, însă nu treceţi peste ea. E mult prea importantă.

Lista care urmează descrie cu exactitate ce înseamnă un buget şi în ce fel poate fi de ajutor. Un buget:

este un proiect de venit este un proiect de cheltuieli este un plan de activitate formulat în scris trebuie realizat de către soţ şi soţie împreună vă oferă încredere în starea voastră financiară vă eliberează

— Vă ajută să fiţi un bun administrator pentru lucrurile cu care Dumnezeu v-a înzestrat

— Este scris cu creionul, nu cu cerneală, aşa că poate fi modificat ori de câte ori este nevoie

Larry Burkett oferă câteva sfaturi privitoare la modul în care se poate opera un asemenea buget:

Iniţiaţi o evaluare financiară săptămânală. O dată ce bugetul este stabilit, analizaţi-vă venitul şi cheltuielile din fiecare săptămână. Cuplurile căsătorite trebuie să facă acest lucru împreună, fapt care implică o simplă privire aruncată asupra bugetului, pentru a vă da seama în ce situaţie vă aflaţi – n-are să vă ia mai mult de zece minute. Motivul este faptul că ajustările sunt mult mai uşor de efectuat în privinţa cheltuielilor după încheierea unei săptămâni decât după o lună întreagă. Burkett arată că:

Două dificultăţi comune apar adesea în planificarea financiară: una e când indivizii sunt prea riguroşi, cealaltă, când sunt prea neglijenţi. Încercarea de a îndrepta zece ani de deprinderi financiare incorecte într-o singură lună duce la exigenţe artificiale. Atât soţul, cât şi soţia trebuie să fie dispuşi să se supună în aceeaşi măsură schimbărilor. Un plan unilateral care prevede diminuarea cheltuielilor celuilalt poate deveni curând un motiv de ceartă.

Neglijenţa intervine atunci când, după planificarea bugetului, acesta este pus la dosar, fără a mai fi supus vreunui control.

Acţiunea de planificare îi poate face pe unii să se simtă mai bine, dar

planul nu are nicio valoare câtă vreme nu este pus în aplicare.74

Alcătuiţi liste cu „viitoarele cumpărături" şi cu „donaţiile". Se pot dezbate în timpul discuţiilor săptămânale pe tema bugetului. Notaţi toate lucrurile de care aveţi nevoie sau pe care doriţi să le cumpăraţi, precum şi necesităţile pe care vreţi să le întâmpinaţi în viaţa prietenilor voştri sau în biserică. Apoi, rânduiţi lista în raport cu priorităţile. Veţi descoperi că, pe măsură ce vorbiţi despre visurile, grijile, nevoile, speranţele şi greutăţile voastre, veţi deschide în căsnicia voastră un nou canal de comunicare şi vă veţi apropia mai mult de o relaţie în care, sub aspectul planificării financiare, fiecare dă şi primeşte.

Dacă aţi stabilit obiectivele financiare şi un buget de familie cu care să operaţi, viaţa va deveni mult mai uşoară decât până la momentul respectiv! Am descoperit că majoritatea deciziilor financiare sunt în acest caz deja luate. Limitele voastre financiare vor fi fost deja stabilite.

Dacă unul dintre voi doreşte să cumpere ceva, cum ar fi un video sau nişte bocanci noi de schi, întrebarea pe care trebuie să v-o puneţi este simplă: Există banii necesari în buget? Este acest lucru o prioritate pe lista „lucrurilor care trebuie cumpărate"? Dacă răspunsul este negativ, problema este rezolvată. Nu cumpăraţi! Dacă vreţi neapărat să acordaţi prioritate acestor lucruri, revedeţi lista, în discuţia săptămânală, pentru a vedea unde se pot face schimbări.

Când e vorba despre investiţii sau cumpărături neobişnuite, Biblia ne oferă îndrumări clare şi utile.

— Rugaţi-vă şi cereţi-i lui Dumnezeu să vă dea o minte limpede (Proverbe
3: 13).

— Soţul şi soţia să vorbească unul cu altul, iar dacă nu pot cădea de comun acord, nu trebuie să o facă (Proverbe 12: 14).

— Luaţi-vă un răgaz înainte de a acţiona. Perspectiva voastră financiară devine mai limpede cu cât o percepeţi mai neutru (Psalm 37: 7).

— Rămâneţi la lucrurile pe care le cunoaşteţi şi evitaţi să vă implicaţi în domenii pe care nu le stăpâniţi (Proverbe 22: 12).

— Dacă nu vă găsiţi liniştea – opriţi-vă (Proverbe 10: 22).75

Ţineţi minte că, pentru un buget cu care să se poată opera, atât soţul cât şi soţia trebuie să cadă de acord şi să fie hotărâţi să participe

la realizarea lui ca o echipă. A alcătui un buget de lucru este, cu adevărat, o chestiune de autodisciplină. Este un act de voinţă. Nu e o întâmplare faptul că oameni care şi-au stabilit un buget şi l-au respectat – modificându-l atunci când a fost necesar – au ordine în finanţele lor.

Aceşti oameni sunt scutiţi de ritualul în care îşi ridică mâinile în aer, în semn de frustrare, la sfârşit de lună, spunând: „Pe ce s-au dus banii?"

3. Evitaţi creditele

Nu duceţi o viaţă peste posibilităţile voastre! Mulţi oameni cumpără lucruri de care nu au nevoie cu bani pe care nu îi au, ca să impresioneze persoane pe care nu le agreează. Creditul, la fel ca şi banii înşişi, nu este nici bun, nici rău, dar poate deveni rău sau bun, în funcţie de felul în care ne folosim de el. Vă poate fi prieten sau duşman.

În zilele noastre, cel puţin în America, există imense presiuni financiare care însoţesc cărţile de credit şi prin care poţi intra în datorii:

aconturi mici, reduceri, conturi curente uşor de deschis şi cumpărături în rate. Amintiţi-vă că, deşi aproape fiecare formă de credit se bazează pe ideea unui câştig care urmează să fie realizat, de cele mai multe ori câştigurile viitoare nu sunt garantate. Pierderea unei slujbe, un accident grav sau o boală, o schimbare a mersului pieţei nu vă vor absolvi de obligaţia de a vă plăti datoriile.

Tinerele cupluri sunt ţinta favorită a celor care vor să acorde credite, mai cu seamă a companiilor care emit cărţi de credit. Un proaspăt absolvent de colegiu angajat şi soţia sa au, de obicei, o listă mare de cumpărături – haine, mobilă, aparatură casnică, maşină. Având la îndemână creditul, cedează uşor impulsului de a cumpăra. În foarte scurt timp, puteţi ajunge să dispuneţi de o mulţime de lucruri, care nu vă sunt efectiv necesare, însă cu o teribilă povară financiară pe cap. Vă recomand ca, pe cât e posibil, să evitaţi cumpărăturile pe credit în primii doi ani de căsnicie. Ultimul lucru de care aveţi nevoie este presiunea unei obligaţii financiare.

Societatea americană spune: „Ia astăzi", şi majoritatea cuplurilor se supun. Ei vor astăzi ceea ce părinţii lor au fost nevoiţi să aştepte vreme de douăzeci de ani pentru a obţine. Cardurile bancare pot fi foarte utile atunci când vă aflaţi într-o încurcătură, când trebuie să achitaţi o intervenţie de urgenţă la dentist sau o reparaţie pentru maşina care s-a stricat, dar cărţile de credit vă pot încătuşa dacă le

folosiţi necorespunzător. Dacă se întâmplă să utilizaţi o carte de credit pentru a plăti ceva care nu este absolut esenţial, faceţi o promisiune: o dată ce nu veţi putea plăti factura în întregime atunci când va poposi în cutia poştală şi vă veţi vedea puşi în situaţia de a nu putea plăti decât o sumă parţială, s-a terminat cu cartea (cărţile) de credit. Multe cupluri apucă pe drumul unei fericiri temporare, doar pentru a deveni victime ale
Coşmarului American.

Nu există o cale mai rapidă de a ajunge la dependenţă financiară decât o utilizare imatură şi necorespunzătoare a creditului. În Proverbe
22: 7 ni se spune: „Bogatul stăpâneşte peste cei săraci, şi cel ce ia cu împrumut *este* sclavul celui ce-i dă cu împrumut”.

„Lucrumetrul” vostru

Societatea în care trăim ne îndoctrinează cu nevoia de a achiziţiona lucruri. Îmi place felul în care priveşte Dr. John MacArthur, Jr., această obsesie a posesiunii:

Domnul şi doamna Lucru sunt un cuplu foarte agreabil şi reuşit. Cel puţin acesta este verdictul celor mai mulţi oameni, care tind să măsoare succesul cu un „lucrumetru”. Iar când

„Lucrumetrul” este utilizat în viaţa domnului şi a doamnei
Lucru, rezultatul este uimitor.

Iată-l şezând pe un lucru somptuos şi foarte scump, aproape ascuns de numeroase alte lucruri… lucruri pe care să stai, lucruri lângă care să stai, lucruri pe care să găteşti, lucruri din care să mănânci, toate noi şi strălucitoare. Lucruri, lucruri, lucruri.

Lucruri cu care cureţi, lucruri cu care să speli, lucruri pe care să le cureţi, lucruri pe care să le speli. Lucruri cu care să te amuzi, lucruri care-ţi oferă plăcere, lucruri la care să priveşti şi lucruri cu care să te joci. Lucruri pentru verile lungi şi fierbinţi, lucruri pentru iernile scurte şi reci. Lucruri pentru marele lucru în care ei trăiesc, lucruri pentru grădină, lucruri pentru hol, lucruri pentru bucătărie şi lucruri pentru dormitor. Lucruri pe patru roţi, lucruri pe două roţi, lucruri de pus deasupra lucrului pe patru roţi, lucruri de tras după lucrul pe patru roţi, lucruri de adăugat în interiorul lucrului pe patru roţi.

Lucruri, lucruri, lucruri, iar în mijloc se află domnul şi doamna Lucru, zâmbind, mulţumiţi de ei înşişi, gândindu-se la alte lucruri pe care să le adauge la colecţia lor… siguranţă într-un palat de lucruri!

Ei bine, domnule Lucru, am veşti proaste pentru dumneavoastră. Ce se întâmplă? Nu mă auziţi? Vă stau lucrurile în drum?... Dar, pe de altă parte, asta e problema cu lucrurile. Uitaţi-vă la lucrul acela din afara casei voastre.

Oricât ar valora acela pentru un comerciant de lucruri la mâna a doua, pentru voi înseamnă foarte mult. Dar, pe de altă parte, o eroare de judecată, o pierdere de moment a concentrării, şi acel lucru poate deveni o masă diformă de metal remorcată şi dusă la fier vechi.

Dar toate acele lucruri din casă? Mai sunt ele în siguranţă?

Da, e timpul de culcare. Scoateţi pisica afară, dar în acelaşi timp asiguraţi-vă că aţi închis uşa, şi nu uitaţi de ferestre.

Atenţie! Un hoţ dă târcoale...

În felul acesta viaţa trece. Într-o zi, când veţi muri, vor pune un singur lucru în sicriu – pe dumneavoastră. Aşa cum spunea cineva: „Nu există buzunare la giulgiu". Oricât de stupid ar suna, hotărârea noastră fundamentală este aceea de a achiziţiona lucruri.76

Lucrurile şi fericirea

Cheia unei relaţii conjugale excelente nu este numărul mare de posesiuni materiale. Dacă ar fi fost aşa, oamenii săraci nu ar fi putut fi niciodată fericiţi! La polul opus, unii oameni vor refuza averile, pentru a fi

„Spirituali". Aceasta este, de asemenea, o obsesie legată de materialism, dar sub altă formă. Lucrurile – banii sau posesiunile materiale – nu fac ca o căsnicie să fie reuşită; oamenii, da. Oamenii se luptă pentru valorile esenţiale ale vieţii, ca iubirea, bucuria, pacea, răbdarea, bunătatea, generozitatea, blândeţea, credinţa şi stăpânirea de sine, îşi umplu vieţile cu valori eterne, care nu pot rugini şi nu pot fi furate. Nu poţi cumpăra integritate şi compasiune, însă astfel de lucruri intangibile fac ca viaţa să merite a fi trăită şi ne oferă pace lăuntrică.

Lăsaţi ca lucrurile materiale pe care le aveţi să fie glazura de pe tort.

Bucuraţi-vă de binecuvântările cu care v-a înconjurat Dumnezeu, dar nu vă lăsaţi posedaţi de ele. Aşa cum spunea Iisus: „Căutaţi mai întâi împărăţia lui Dumnezeu şi dreptatea Lui, şi toate aceste lucruri vă vor fi adăugate" (Matei 6: 33).

4. Puneţi-vă în ordine veniturile financiare

Un alt obiectiv financiar ar trebui să fie organizarea

documentelor financiare. Puteţi începe prin simpla parcurgere, împreună, a listei de mai jos. Scopul este acela de a stimula comunicarea şi a-l informa pe partener unde se află documentele.

DOCUMENT/ARTICOL
LOC
Registru de buget
Bilanţul
Actul (actele) de maşină
Certificatele de naştere
Actul de proprietate pe casă/
contractul de închiriere
Lista de investiţii
Acţiuni
Obligaţiuni
Registrul de economii
Testament
Poliţe de asigurare
Maşină
Viaţă
Sănătate
E în jri –
Informaţii despre taxele curente
Informaţii despre taxele trecute
Seiful şi cheia
(a nu je scrie răspunsul)

Treburile financiare sunt, prin tradiţie, domeniul bărbatului. Dacă acesta este şi cazul vostru, încearcă să o atragi pe soţia ta în cât mai multe activităţi financiare posibile. Pune-o să plătească facturile o dată pe lună, sau să noteze cheltuielile în registru, sau carnetul de cecuri.
(Acestea pot fi făcute sub supravegherea soţului şi cu ajutorul lui.)
Dacă aveţi o persoană care se ocupă de declaraţia voastră de venituri, atunci când vă întâlniţi, invit-o şi pe soţia ta, pentru ca astfel să se simtă implicată, chiar dacă nu înţelege totul de prima dată (şi tu ai lucruri pe care trebuie să le înveţi!). În cazul nefericit al decesului tău, ea va şti unde se află lucrurile, cum funcţionează finanţele voastre şi către cine să se îndrepte pentru a cere ajutor. Trimite-o la cineva care

te cunoaşte şi care ar lua aceleaşi decizii ca şi tine.

5. Stabiliţi un plan consistent de donaţii

Cel mai important aspect al veniturilor voastre financiare sunt donaţiile; acestea ar trebui să fie prioritatea financiară numărul unu. Nu există examen mai bun la care poate fi supus angajamentul unui om în faţa lui Dumnezeu decât cel al banilor.

Fără a intra în prea multe detalii, daţi-mi voie să vă împărtăşesc câteva principii de bază ale actului de a dărui.

Mai întâi dăruiţi-i lui Dumnezeu. Proverbe 3: 9: „Cinsteşte pe Domnul cu ceea ce ai, şi cu cele dintâi roade din tot venitul tău".

Sunteţi bogaţi. Mass media vrea să vă facă să credeţi că dacă nu deţineţi un Rolls Royce şi nu trăiţi în lux, sunteţi săraci. Realitatea este că şi cel mai sărac dintre americani are, în general, un nivel de viaţă mai ridicat decât oricare dintre sutele de milioane de oameni flămânzi şi fără un acoperiş deasupra capului din lumea a treia. Atunci când apreciezi la modul onest valoarea fiecărui obiect din jurul tău, realizezi cât de bogat eşti.

Dăruieşte din cele dintâi roade ale tale. Cu alte cuvinte, dă-i mai întâi lui Dumnezeu, atunci când îţi pui la bătaie veniturile. Nu-i da lui

Dumnezeu doar ceea ce rămâne, fiindcă de cele mai multe ori vei ajunge să nu-i mai dai nimic. Faptul că-i dai Lui mai întâi indică o atitudine care spune: „Dumnezeu este primul".

Conştientizaţi ţaptul că totul este proprietatea lui Dumnezeu. Voi doar administraţi ceea ce Dumnezeu v-a dat cu împrumut. Conştientizând faptul că administraţi banii lui Dumnezeu vă oferă o nouă perspectivă asupra fondurilor de care dispuneţi. Sunteţi pregătiţi pentru un bilanţ contabil?

Fiţi credincioşi ţaţă de ceea ce vi s-a dat. Iisus a spus: „Cel ce este credincios în puţine *lucruri,* este credincios şi în multe; şi cel ce este nedrept în puţine *lucruri,* este nedrept şi în multe" (Luca 16: 10). Nu poţi spera să fii drept de vreme ce eşti un ispravnic sărac al averii pe care ţi-a dăruit-o Dumnezeu.

Dacă vă gândiţi să daţi, nu trebuie să aşteptaţi ca „norocul să vă surâdă". Ci, dăruiţi din ceea ce aveţi chiar în acest moment. Dumnezeu nu vrea de la voi să strângeţi, pentru a aduce un dar consistent. Numerele mari nu îl impresionează pe Dumnezeu – inimile mari sunt cele pe care le caută. Scriptura ne povesteşte despre o femeie care avea o inimă mare în faţa lui Dumnezeu. Întâmplarea din Luca 21 ne

vorbeşte despre o văduvă săracă ce a pus în vistieria templului doi bănuţi de aramă, care au fost pe placul Domnului mai mult decât orice alt dar primit în acea zi. De fapt, Iisus a spus că văduva dăduse mai mult decât toţi bogaţii.

Gândiţi-vă la valoarea investiţiei. A-i da lui Dumnezeu este cea mai bună investiţie pe care o poţi face, mult mai bună decât acţiunile, fondurile mutuale, bonurile neimpozabile sau bunurile imobiliare; iar câştigul este etern. Nici măcar nu trebuie să angajezi un consultant financiar care să te sfătuiască în ce fel să dăruieşti! Iisus a spus: „Nu vă strângeţi comori pe pământ, unde le strică molia şi rugina, şi unde le sapă şi le fură hoţii;
ci strângeţi-vă comori în cer, unde nici molia, nici rugina nu le strică, şi unde hoţii nu le sapă, nici nu le fură” (Matei 6: 19 – 20).

Fiţi gata să culegeţi roadele. Când e vorba să dăruieşti, la fel ca în tot ceea ce faci, vei secera ceea ce ai semănat. Aşa cum scria apostolul Pavel: „Aceasta dar să ştiţi: Cine seamănă puţin, puţin va secera, şi cine seamănă mult, mult va şi secera” (2 Corinteni 9: 6).

Dăruiţi cu bucurie. Unul dintre lucrurile pe care ni le spune Biblia este ceea ce îi place şi ceea ce nu îi place lui Dumnezeu, iar în 2 Corinteni 9: 7
citim: „Fiecare să dea după cum a hotărât în inima lui, nu cu părere de rău sau de silă, căci Dumnezeu iubeşte pe cine dă cu bucurie”.

Dăruiţi numai din dragoste. „Şi chiar dacă mi-aş împărţi toată averea pentru hrana săracilor [...] şi n-aş avea dragoste, nu-mi foloseşte la nimic” (1 Corinteni 13: 3).

Un prieten de-al meu mi-a împărtăşit odată acest gând: „Mi se pare foarte interesant că pe fiecare monedă şi bancnotă americană se găsesc cuvintele Credem în Dumnezeu’. Nu scrie Credem în aceşti bani!”
Prietenul meu spune că se roagă ca de fiecare dată când cineva se uită la bani sau îi cheltuie, sau chiar şi când completează un cec, cuvintele „Credem în Dumnezeu” să-i ilumineze cugetul.

O relaţie de dragoste, conjugală şi sexuală matură nu poate funcţiona în acord cu voinţa lui Dumnezeu acolo unde nu există simţul responsabilităţii în raport cu aspectele financiare ale activităţilor cotidiene. Caută să cunoşti voinţa lui Dumnezeu, prin rugăciuni, şi străduieşte-te să fii un bun ispravnic al lucrurilor cu care Dumnezeu te-a înzestrat. Scopul nostru cel mai înalt este să-l preamărim pe

Dumnezeu, iar speranţa cea mai mare o avem în El, pentru libertatea financiară, pentru mărinimia sufletească, pentru a ţine în frâu materialismul şi pentru bucuria unei căsnicii fericite!

Subiecte de meditaţie

— Cum îţi stabileşti obiectivele financiare?

— Unde se pot regăsi câteva îndemnuri biblice privitoare le veniturile financiare?

— Care este importanţa zeciuielii – ce spune Biblia?

«Care este scopul unui buget?

ALTE RESURSE UTILE

Burkett, Larry. *What Husbands Wish Their Wives Knew about Money.*

Wheaton, 111.: Victor Books, 1982.

Burkett, Larry. *Banii – mod de administrare.* Editura Aqua Forte, Cluj-Napoca.

2003.

AL tău, al meu, al nostru

Unul dintre motivele de conflict mai puţin evidente în relaţia de dragoste, conjugală şi sexuală este problema posesiei lucrurilor.

Am descoperit că perechile logodite, în încercarea lor de a se concentra asupra lucrurilor imateriale cum sunt încrederea, prietenia şi dragostea, adesea trec cu vederea sau nu iau în considerare acest aspect, în realitate elementar şi de natură practică al relaţiei lor. Cu toate că o relaţie trebuie construită în jurul aspectelor imateriale esenţiale, este, de asemenea, necesar să se ajungă la o înţelegere şi în ce priveşte posesia bunurilor.

Cu cât sunt mai multe aspectele puse în discuţie în mod deschis înainte de căsătorie, cu atât mai bine. Trebuie să se ajungă la o înţelegere în special în legătură cu acele lucruri care implică puternice sentimente de ataşare, preferinţă sau aversiune. Sunt uimit de numărul mare de oameni care permit ca bunurile materiale, cum ar fi mobila, de exemplu, să devină un motiv de discordie într-o căsnicie.

Dottie şi cu mine am consiliat un cuplu care nu discutase niciodată despre posesia bunurilor înainte de căsătorie. După ce s-au căsătorit, au decis ca ea să-şi deschidă un cont curent pe numele ei de fată, iar el să-şi deschidă unul pe numele lui. În conversaţiile lor apăreau frecvent expresiile „aceasta este a mea” şi „aceasta este a ta”.

Nu e de mirare că în curând sau şi lovit de o problemă. Ea visase

întotdeauna să aibă obiecte vechi din epoca timpurie a Americii, iar el s-a gândit să cumpere mobilă în stil mediteranean – întotdeauna îi plăcuse mobila în stil mediteranean din casa părinţilor săi. Aşadar, fără ca măcar să discute pe această temă, acest cuplu proaspăt căsătorit a purces la cumpărături… pentru prima şi ultima oară. Începând din acea zi, el a cumpărat obiecte în stil mediteranean, iar ea obiecte vechi. Lui i-a trecut prin minte chiar să-i cumpere ei câteva piese mediteraneene, de Crăciun, ceea ce este aproximativ același lucru cu a-i cumpăra soţiei masa de biliard pe care ai visat-o dintotdeauna.

Smintiţi de balansoar

Nu cunoşteam această situaţie când le-am făcut, într-o seară, o vizită acasă pentru a discuta cu ei. Când am ajuns acolo, am zărit un balansoar american arhaic, care mi-a plăcut foarte mult. Cu cât eram mai entuziasmat de el, cu atât mai tare se înfuria soţul. Problema stilului mobilierului devenise o forţă atât de pustiitoare în relaţia lor, încât căsnicia s-a încheiat, din nefericire, printr-un divorţ. Biblia îi povăţuieşte pe soţ şi soţie să se identifice unul cu altul în căsătorie, dar acest cuplu nu a reuşit niciodată. În modul lor de exprimare şi în opiniile lor nu au trecut niciodată de la „eu şi al meu” la „noi şi al nostru”.

Când m-am logodit cu Dottie, am ajuns la un moment dat să discutăm despre lucrurile pe care urma să le avem, şi mai ales despre mobilă.

Mi-a plăcut întotdeauna mobila în stil spaniol şi găsisem deja un artist în

Mexic care putea să o confecţioneze. Exista, însă, o singură problemă – soţia mea nu suporta acest stil. Ea prefera piesele americane din epoca timpurie. Ne-am rugat împreună pentru a găsi o soluţie de ieşire din această situaţie şi, cum plănuisem să ne petrecem luna de miere în

Mexic, i-am propus să o duc acolo unde se fabrica mobila. Am hotărât, de asemenea, să mergem la licitaţii şi la magazinele de antichităţi, ca să vedem piese din perioada timpurie a Americii.

Nu mi-a luat mult să-mi dau seama că era foarte înţelept să cumpărăm antichităţi. Printre acestea, în definitiv, se găseau numai exemplare a căror valoare urma să crească după ce le achiziţionam. Şi, peste toate acestea, prima noastră casă din San Bernardino a fost în stil spaniol, aşa că am ajuns să locuim într-o casă construită în stil spaniol, mobilată cu piese din epoca timpurie americană. Sunt convins că

Dumnezeu are un simţ al umorului grozav!

Fii atent la cuvintele pe care le foloseşti pentru „posesiune", atunci când descrii relaţiile tale interpersonale sau când vorbeşti despre idealul tău privitor la relaţia de dragoste, conjugală şi sexuală. Vei afla, astfel, multe despre cât mai ai până să reuşeşti să fii persoana potrivită. Persoanele care au cele mai mari şanse de reuşită sunt cele care vor spune „noi".
„Nouă" şi „al nostru" mult mai des decât „eu", „mie" şi „al meu".

O sinteză

Am examinat împreună unsprezece o persoană care doreşte să-şi asume de incredibilele beneficii şi bucurii ale într-o relaţie de dragoste, conjugală şi îţi sugerez să îţi pui întrebarea în mod pentru o căsnicie?

În adâncul inimii probabil că ştii păcăli pe tine însuţi, nu acelaşi lucru calităţi personale esenţiale pentru responsabilitatea şi să se bucure faptului de a fi persoana potrivită sexuală. Aşa că, dacă îmi permiţi, direct: Sunt eu persoana potrivită răspunsul. Şi chiar dacă te poţi se va putea întâmpla cu alţii. Iar diferitele calităţi personale care te fac să tragi concluzia că eşti sau nu „potrivit" pot constitui punctul de plecare pentru a determina dacă potenţialul tău partener este, la rândul său, persoana potrivită. Ceea ce te va conduce, treptat, la întrebarea decisivă în ce priveşte căsătoria:
Suntem noi potriviţi unul pentru altul?

Temelia unei relaţii de dragoste, conjugale şi sexuale trainice trebuie asigurată cu mult înainte de a întâlni persoana cu care doreşti să te căsătoreşti. Iar acest proces porneşte de la tine.

Până acum, în stabilirea acestui tip de relaţie trainică, am abordat totul din punctul tău de vedere – din perspectiva individului. În cele ce urmează, ne vom concentra asupra modului în care doi oameni pot stabili dacă dragostea lor este una matură sau nu. Dar, în continuare, dă-mi voie să îţi atrag atenţia asupra unui lucru.

Nu perfect, însă perfectibil

Nici tu, nici potenţialul tău partener nu trebuie să fiţi perfecţi, şi nici nu veţi putea fi vreodată. Calităţile pe care le-am analizat şi care fac ca un om să fie persoana potrivită par să fie peste puterile noastre. Dar trebuie să ţinem seama de faptul că aceste calităţi nu vor fi toate în permanenţă prezente sau perfect active.

Dacă atitudinea ta este una de genul: „Ei bine, niciodată n-am

fost un bun administrator al banilor, aşa sunt eu”, atunci căsnicia voastră se confruntă deja cu o problemă. Dacă, însă, atitudinea ta este: „Niciodată n-am fost un bun administrator al banilor, dar începând din acest moment voi încerca să mă schimb”, eşti pe drumul cel bun.
Şi, bineînţeles, această mentalitate poate fi aplicată nu numai asupra modului în care foloseşti banii, ci şi asupra tuturor caracteristicilor despre care am vorbit.

Lucrurile pe care ţi le-am prezentat te pot ajuta să intri cu ochii larg deschişi într-o relaţie. Şi atunci când îţi cunoşti calităţile şi defectele de dinainte, vei putea să-ţi identifici trăsăturile de caracter care trebuie schimbate în bine, pentru a le putea remodela şi pentru a crede că
Dumnezeu va scoate tot ce e mai bun din ele. Astfel, vei fi pregătit pentru o relaţie durabilă venită de la Dumnezeu – una care să fie în întregime pe placul Său.

Dacă eşti cu adevărat înţelept, te vei arăta plin de recunoştinţă atunci când Dumnezeu sau partenerul tău vor găsi o latură care necesită îmbunătăţiri. Fiecare însuşire personală în care investeşti, pe care o poţi îndrepta acum, nu va face decât să mărească valoarea dividendelor pe care le vei câştiga în viitor.

Subiecte de meditaţie

— Ce cuvinte foloseşti atunci când discuţi despre posesiuni?

— Care dintre cele unsprezece trăsături amintite te-ar caracteriza, în cazul în care te-ai gândi să te implici într-o relaţie de căsătorie?

— Care aspecte ale vieţii tale au nevoie de o perioadă de maturizare astfel încât să devii o persoană potrivită pentru o astfel de relaţie?

Dragostea matură este secretul

Cum poţi afla dacă dragostea ta va dura

TRODUCERE

recunoaşte dragostea matură

Zi de zi întâlnesc tot mai mulţi oameni stăpâniţi de teama unui eşec în căsnicie. Erau obişnuiţi să creadă că ştiu totul despre aceasta, acum însă nu mai sunt siguri. Îşi doresc un răspuns mai bun la întrebarea: „Ce înseamnă cu adevărat să fii îndrăgostit?”

Dacă încă nu te-ai confruntat cu tulburătoarea şi adesea sofisticata stare de „a fi îndrăgostit”, probabil o vei face. Chiar acum, poate că eşti implicat într-o relaţie şi te întrebi dacă sentimentul pe care îl ai faţă de un anume bărbat sau o anume femeie este dragoste adevărată. Poate că o suspectezi pe acea persoană de o anumită superficialitate, însă, pe de altă parte îţi pare atât de reală şi de minunată.

Nu ar fi extraordinar dacă un savant ingenios ar putea programa un
„Super-computer” care să ne spună fără drept de apel dacă suntem sau nu îndrăgostiţi, sau măcar să ne spună cât va dura o anume relaţie de dragoste? Din păcate, nu există un astfel de „aparat de măsură a iubirii”.
care să indice profunzimea sau calitatea dragostei pe care o simţim. Numeroşii factori implicaţi şi diferenţele dintre oameni în cadrul relaţiilor fac imposibilă predicţia, prin grafice sau statistici, a evoluţiei relaţiilor sentimentale.

Aşadar, problema rămâne. La ce teste putem supune dragostea? Printre atâtea sentimente de natură diferită pe care le ai faţă de tot felul de oameni, poţi să ai certitudinea că ceea ce simţi faţă de o anumită persoană este autentic? Poţi fi sigur că este „ceea ce cauţi”?

Renunţarea la mersul pe dibuite

Mulţi te vor îndemna „să-ţi asculţi numai glasul inimii”. Probabil că ştii deja că, ţinând seama de un asemenea sfat, poţi ajunge cu inima sfâşiată. Un student sentimental a fost auzit exclamând: „Ştiu că am întâlnit fata potrivită... Nu pot dormi, nu pot mânca, îmi pic toate examenele!” După părerea mea, pare a fi un caz de gripă.

Dă-mi voie să-ţi sugerez o altfel de întrebare. În loc de: „Sunt îndrăgostit?”, întreabă-te: „Este dragostea mea suficient de matură încât să dea naştere unei relaţii de dragoste, conjugale şi sexuale împlinite?”
Prefer să evaluez dragostea în termeni de maturitate, fiindcă eu cred că suntem mereu „îndrăgostiţi”. Dragostea adolescentină, asemănătoare cu aceea a unui căţeluş, este un tip de dragoste, dar ea diferă foarte mult în grad şi intensitate de dragostea matură. Problema cu dragostea adolescentină, de căţeluş, este că, dacă rămâi la stadiul ei, sfârşeşti prin a trăi o viaţă de câine.

Dragostea adolescentină este în mod cert autentică şi merită

acelaşi respect pe care-l acordăm şi celorlalte sentimente de care se bucură oamenii de-a lungul vieţii lor. Când un copil vine acasă şi declară: „Sunt îndrăgostit”, el sau ea nu trebuie ridiculizaţi. Simţămintele de iubire ale adolescenţilor sunt la fel de sincere şi de minunate. Ele sunt foarte reale pentru tinerii care le trăiesc şi nu trebuie tratate cu uşurătate.

Astfel, repet, problema nu este dacă suntem sau nu îndrăgostiţi. Adevărata chestiune rămâne: „Este dragostea mea suficient de matură încât să conducă la angajament şi la o relaţie trainică”? Gradele iubirii nu pot fi exprimate în valori numerice. Sentimentele nu pot fi cuprinse într-un clasament strict. Totuşi, eu cred că se poate evalua o relaţie de dragoste, determinând personal dacă aceasta posedă caracteristicile maturităţii. Sylvanus Duvall, specialist în probleme conjugale, afirmă că

„Dacă membrii unui cuplu află înainte de căsătorie cât de fragile sunt bazele iubirii lor, sunt norocoşi”.77

Secretul iubirii nu este dat numai de necesitatea de a fi persoana potrivită, ci şi de aceea de a avea experienţa unui gen potrivit de iubire.

În restul acestei cărţi, am să pun în discuţie caracteristicile dragostei mature. Foloseşte-te de ele ca de un ghid pentru a evalua gradul de maturitate al dragostei voastre. Dar, te rog, fii atent. Trăsăturile enumerate nu au caracter absolut. Acestea sunt date numai pentru a te ajuta să dobândeşti o înţelegere mai pătrunzătoare a relaţiei voastre.

A fi îndrăgostit este o stare profund subiectivă. Dimensiunile acesteia depind în mare măsură de preferinţele personale. Însă, indiferent de trecutul, pregătirea sau educaţia religioasă, cele treisprezece caracteristici de mai jos oferă o modalitate pozitivă şi valoroasă de a vă influenţa modul de gândire şi constituie instrumente utile în evaluarea calităţii sentimentelor faţă de celălalt.

ALTE RESURSE UTILE

Chapian, Marie. *Love and Be Loved.* Old Tappan, N.J.: Fleming H. Revell.
1983.

Keller, W. Phillip. *A Layman Looks at the Love of God.* Minneapolis: Bethany
House Pubs., 1984.

dragoste nutrită pentru tot ceea e reprezintă omul de lângă tine

Căsătoria trebuie înţeleasă ca un angajament pe care doi oameni şi-l
Iau unul faţă de celălalt, în virtutea tuturor însuşirilor pe care aceştia le posedă. Mulţi dintre noi, însă, ne clădim dragostea sau căsătoria pe o imensă afecţiune îndreptată către una sau două trăsături ale celuilalt.

Adresându-se recent unui grup de părinţi, Sol Gordon, psiholog şi director al Institutului de Cercetări şi Educaţie Familială de la Universitatea din Syracuse, a fost întrebat cât de important este sexul într-o relaţie. El a spus că, potrivit cercetărilor sale, sexul ocupă locul nouă într-o ierarhie care cuprinde zece aspecte ale unei relaţii – mult în spatele unora cum ar fi ataşamentul sau dragostea (prima), simţul umorului (al doilea) şi comunicarea (a treia).

Să vedem ce cuprinde lista cu cele mai importante elemente ale unei căsnicii, realizată de Gordon. Aceste elemente sunt enumerate aici (nu în ordinea importanţei), cu dezvoltările pe care le propune, referitoare la fiecare punct, de către consilierul familial Dr. H. Norman Wright:

J. *Râsul.* A învăţa să râzi şi a-ţi dezvolta simţul umorului poate să confere echilibru vieţii de zi cu zi. Caută partea amuzantă a unei situaţii, în loc să o laşi să aducă dezbinare.

2. Prietenia. Ca şi cuplu, aveţi prieteni comuni, dar sunt de asemenea şi prieteni cu care te întâlneşti numai tu. Este bine şi chiar necesar. Partenerul tău va putea să satisfacă unele dintre nevoile tale, dar sunt alţii care au interese şi aptitudini similare în ce priveşte hobby-urile tale sau activităţile sportive, iar timpul petrecut alături de ei în acest scop este benefic.

3. Implicarea. Trebuie să căutaţi, în calitate de cuplu, o preocupare care să nu aibă nimic în comun cu căsnicia şi căminul vostru. Dacă lucraţi la un proiect important sau depuneţi o activitate comună, puteţi împărtăşi împreună sentimentul de implicare. Unele cupluri predau la o şcoală de duminică sau activează într-o anume organizaţie. În ce mă priveşte, ţin multe prelegeri la facultate, în biserici sau în seminarii, prin toată ţara. Mă prezint în faţa oamenilor şi le vorbesc. Joyce, soţia mea, nu apare niciodată în public, dar este direct implicată în această lucrare duhovnicească. Ea îmi pregăteşte sutele de folii pentru retroproiector.

Cunoaşte conţinutul prezentărilor mele şi este tot atât de implicată ca şi cum ea însăşi ar fi cea care ar ţine prelegerea.

O DRAGOSTE NUTRITĂ PENTRU TOT CEEA CE REPREZINTĂ OMUL DE LÂNGĂ TINE) *161*

jjjjjjAw-nrrmmnnnr... M «...» l... mmmmmmmJJmmlmm... mm... *myr***

4. Sexul. împlinirea sexuală este o expresie a intimităţii împărtăşite.

Pentru a fi desăvârşit, sexul trebuie să fie însoţit de plăcere. Prea multe cupluri devin blazate în relaţia lor sexuală, astfel încât aceasta devine monotonă. Am îndemnat multe cupluri să citească *Solomon on Sex,* de Joseph Dillow (editat de Thomas Nelson), pentru unele sfaturi practice privitoare la păstrarea laturii romantice a sexualităţii. Sexul face parte din căsnicie, însă unele cupluri îl supraestimează, considerându-l principalul câştig al acesteia.

5. împărtăşirea. Adică împărtăşirea gândurilor, a informaţiilor, a activităţilor, a proiectelor etc. Se referă atât la lucrurile neplăcute, cât şi la cele plăcute. În perioada în care scriu această carte, ne ocupăm de o căţeluşă Shelty, nou venită, care trebuie să se adapteze în noua sa casă.

Este al doilea câine rasa Shelty pe care îl avem şi este o posibilă pereche pentru masculul nostru. O cheamă Amber, dar „Băltoacă” i s-ar potrivi mai bine în acest moment! Ori de câte ori Joyce sau eu circulăm prin zona bucătăriei (şi niciodată desculţi!), ne uităm după semnele care ne arată că Amber s-a trezit şi mişună primprejur. Când zărim o baltă, oricare dintre noi, ştergem şi frecăm cu peria porţiunea respectivă de podea.

Nu îl chemăm pe celălalt ca să rezolve situaţia. Distribuirea artificială a rolurilor bărbatului şi femeii în casă este supusă treptat schimbărilor, iar aceste schimbări fac loc unei posibilităţi mai mari de împărtăşire bazată pe aptitudini, talente şi colaborare, iar nu pe o structură rigidă.

6. Integritatea. A fi o persoană demnă de încredere şi loială şi a nu desconsidera credinţele şi reperele celuilalt este un semn al integrităţii.

7. Discuţia. Conversaţia interesantă şi informativă, care conţine noutăţi şi exprimă emoţii, este un bun de preţ într-o căsnicie. Comunicarea deschisă şi sinceră, eliberată de frica destăinuirii propriilor sentimente sau de teama amestecului în sentimentele

celuilalt, este importantă.

8. Dragostea presupune grijă, intimitate, încredere şi angajament.

Gesturile semnificative, mari sau mici, exprimă dragostea la fel ca şi cuvintele. A fi pătruns de dragoste înseamnă a-ţi plăcea de celălalt şi a-ţi dori să fii cu el/ea.

9. Adaptabilitatea presupune recunoaşterea unicităţii celuilalt. Adaptabilitatea înseamnă acceptarea celuilalt aşa cum este el, fără să cauţi să faci din el o fotocopie a ta. Înseamnă să-i dai voie celuilalt să acţioneze şi să fie altcumva decât ceea ce aştepţi tu de la el.

10. Toleranţa. Un alt cuvânt pentru această trăsătură este acceptarea.

A accepta capriciile celuilalt, neglijenţele ocazionale şi dispoziţiile în care devine dezagreabil înseamnă a-i permite partenerului să fie om, aşa cum eşti şi tu. Atunci când vrei să îţi exprimi nemulţumirea sau îngrijorarea, fă-o într-un mod în care să ajuţi relaţia, nu să-i pui beţe în roate.78

Mai mult decât o sumă a părţilor

O relaţie de dragoste are multe faţete, fiind implicate personalităţile a doi îndrăgostiţi în întregul lor – aspectele fizice, sociale, intelectuale şi spirituale. Aşa cum toată lumea trebuie să-şi dezvolte fiecare dintre aceste laturi, pentru a fi o persoană sănătoasă şi completă, tot astfel şi un cuplu trebuie să se dezvolte sub aceste aspecte, împreună.

Iisus a parcurs în viaţa Sa un proces de creştere. Citim în Luca 2: 52
cum că: „Iisus creştea în înţelepciune [latura mentală a creşterii Sale] şi statură [latura fizică], şi în har faţă de Dumnezeu [latura spirituală] şi oameni [latura socială]”. El a fost o persoană deplină, aşa cum şi tu eşti o persoană deplină. În ce priveşte relaţiile, „o persoană este suficient de matură pentru a se căsători atunci când este pregătită să iubească şi să fie iubită profund şi total, ca şi persoană în întregul ei”.79

Dragostea imatură se concentrează pe una sau două trăsături ale unui om. Dacă o relaţie are în centru doar o singură latură a unei persoane, se prea poate ca aceasta să fie cea fizică. Această atracţie poate fi atât de puternică încât să oculteze celelalte trăsături ale celui iubit. Dragostea poate începe prin atracţia sexuală, însă dacă doi

oameni doresc să clădească o relaţie puternică şi profundă, au nevoie de un registru bogat de reacţii şi interacţiuni, în calitatea lor de oameni deplini.

Factorul sex dă greş

Când dragostea se bazează pe farmecul fizic şi pe atracţia sexuală, aceasta nu durează mult. Oricât de provocatoare ar fi atracţia sexuală, aceasta este un factor atât de limitat încât nu rezistă de unul singur.

Nu trece mult şi simţi că lipseşte ceva. În căsătoriile care se bazează pe atracţia fizică, relaţia este ameninţată atunci când apare o persoană şi mai atractivă.

Pericolele construirii unei relaţii pe atracţia erotică sau pe plăcerea sexuală sunt întrezărite de Dr. Owen Morgan, director al Centrului de

Studii ale Vieţii de Familie, la Universitatea de Stat din Arizona, atunci când arată că „mai puţin de o zecime din 1 % din timpul unui cuplu [căsătorit] obişnuit este ocupat de activităţi sexuale directe”. Morgan subliniază că „însemnătatea pe care un soţ şi o soţie o au unul faţă de altul în toate aspectele vieţii pe care o au împreună... determină succesul unei căsnicii”.80 Este surprinzător că există oameni care îşi întemeiază căsătoriile şi relaţiile, aşteptându-se să dureze, pe un lucru care ocupă o porţiune atât de mică din timpul lor.

Emoţiile sau senzaţiile sexuale puternice pot ascunde pentru o vreme lipsa de profunzime a unei relaţii. Problema este că emoţiile puternice

O DRAGOSTE NUTRITĂ PENTRU TOT CEEA CE REPREZINTĂ OMUL DE LÂNGĂ TINE

ajung să se domolească în cele din urmă. C.S. Lewis face o comparaţie cu momentul pornirii maşinii – trebuie să turezi motorul astfel încât să-l faci să meargă, dar dacă nu-l laşi să se odihnească în relanti, vei rămâne repede fără benzină. Căsniciile care se bazează pe aspectele romantice sunt făcute să decepţioneze. Totuşi, într-un studiu realizat printre studenţii de la Universitatea din Minnesota, psihologul Ellen

Bersheid a constatat că „mai mult de jumătate ar dori să divorţeze dacă pasiunea ar dispărea din căsnicia lor”.81

Biblia ne spune că dragostea este răbdătoare. Este total firească dorinţa de a face sex înainte de căsătorie, însă dovada unei iubiri totale

este să aştepţi. Adevărata dragoste poate amâna plăcerea, orientându-se, în schimb, spre celălalt pentru a-l iubi fără rezerve. Cel care pretinde favoruri sexuale, ca dovadă a dragostei, manifestă o dragoste egoistă şi tiranică. O fată care cedează împotriva voinţei sale dă dovadă de o slăbiciune copilărească sau de tip nevrotic. Cererea insistentă şi cedarea în silă sunt mărturii ale dragostei imature, o dragoste care nu ia în calcul persoana în deplinătatea ei.

Papa Ioan Paul al II-lea a afirmat că „soţii care îşi privesc soţiile doar cu poftă trupească au comis adulter în inimile lor".82 Deşi această remarcă a fost criticată de mulţi, eu cred că ideea exprimată aici este una corectă. Ea spune că o relaţie de dragoste, conjugală şi sexuală completă trebuie să aibă ca fundament dragostea pentru persoana întreagă, nu doar din punct de vedere sexual. Dorinţa sexuală într-o căsnicie poate să reflecte o atitudine superficială faţă de partenerul de viaţă şi un respect scăzut faţă de acesta.

Un simplu test

Nu te căsătoreşti cu un trup; te căsătoreşti cu o persoană. Atracţia fizică joacă, în mod cert, un rol important în iubirea totală a cuiva, însă pentru a cultiva o dragoste matură, atracţia fizică nu trebuie să pună în umbră sau să înlocuiască celelalte laturi ale persoanei. Pune-ţi întrebarea următoare: Am putea să ne simţim bine petrecând împreună o seară în care să nu avem niciun fel de contact fizic? Dacă nu reuşiţi să vă simţiţi într-adevărat bine, atunci dragostea voastră nu este una matură. Îmi place, de asemenea, să-i provoc pe oameni la un „test al iubirii de treizeci de zile", pentru a vedea dacă reuşesc să reziste atât de mult fără măcar să se ţină de mâini şi, cu toate acestea, să se simtă bine împreună. Majoritatea s-au lăudat la început că vor trece acest test fără nicio problemă, dar după câteva zile, când frustrarea şi iritarea şi-au făcut loc, au trebuit să se încline în faţa realităţii. Atât de multe cupluri mi-au mărturisit că „testul de treizeci de zile" a fost cel care le-a arătat cât de îngust era domeniul „dragostei" lor. Au fost nevoiţi să recunoască faptul, neplăcut pentru ei, că nu erau îndrăgostiţi, ci doar atraşi din punct de vedere fizic.

Relaţii monocorde

Relaţiile care se rezumă la o singură latură a unei persoane pot fi de mai multe feluri. Unii se bazează în dragostea lor faţă de celălalt pe faptul că se simt bine împreună sub aspect social. Aşa cum mi-a mărturisit o persoană divorţată: „Ne înţelegeam de minune când eram

împreună şi ne distram atât de bine în timpul întâlnirilor încât părea să fie dragoste”. Nu este ceva neobişnuit pentru un cuplu să creadă că, din moment ce se simt atât de bine unul în compania celuilalt, trebuie să fie îndrăgostiţi. Ei bine, poţi să te simţi extraordinar de bine alături de un cimpanzeu, dar asta nu înseamnă că trebuie să te măriţi cu el! Necazul cu acest tip de relaţie este că atunci când problemele se accentuează şi se instalează frustrarea, pentru a ieşi din impas este nevoie de ceva mai mult decât de faptul că vă distraţi bine împreună.

Aşa cum aminteam mai devreme, în perioada studiilor mele post-universitare mă întâlneam cu o tânără pe nume Paula. Ne potriveam de minune şi petreceam clipe amuzante împreună, dar, într-un final, ne-am despărţit. Ne-am dat seama că ceea ce era între noi nu era suficient pentru a clădi o căsătorie trainică, în care domneşte intimitatea, şi că am lăsat ca timpul agreabil petrecut împreună să mascheze aspectele care lipseau din relaţia noastră.

Unii oameni se plictisesc alături de perechea lor dacă nu fac ceva interesant împreună. Dragostea matură se adresează celui iubit în virtutea a ceea ce este el, şi nu a momentelor plăcute petrecute lângă acesta.

Alţii se bazează în dragostea lor pe latura spirituală. Ei se gândesc că, dacă se roagă împreună, studiază cu plăcere Biblia împreună şi au fost folosiţi de către Dumnezeu pentru a-i îndruma pe alţii către Hristos, înseamnă că nutresc dragoste unul faţă de celălalt. Având o viaţă religioasă pregnantă şi aceleaşi dorinţe şi aspiraţii spirituale, ei socotesc că sunt meniţi unul altuia. În ochii lor, dragostea pentru Iisus este echivalentă cu dragostea pe care o simt unul faţă de celălalt.

Să înţeleg că, dacă eu îl iubesc pe Iisus, iar Billy Graham îl iubeşte, la rândul său, pe Iisus, ar trebui să ne căsătorim? Oamenii care îşi întemeiază dragostea pe afinităţi spirituale trec cu vederea faptul că Iisus nu a vestit Evanghelia doar pentru mântuirea sufletelor oamenilor. Le-a

O DRAGOSTE NUTRITĂ PENTRU TOT CEEA CE REPREZINTĂ OMUL DE LÂNGĂ TINE

stimulat gândirea prin învăţăturile şi întrebările Sale şi le-a vindecat trupurile. L-au interesat relaţiile interpersonale ale celorlalţi, temerile lor, speranţele lor de viitor. Pe Iisus l-a interesat persoana în deplinătatea ei. Latura spirituală are o importanţă *vitală,* dar nu poate

fi temelia unei căsnicii trainice.

Căsătoria pentru bani

Alţii pun în centrul relaţiei lor aspectul financiar. După cum se plângea un tânăr logodnicei sale: „Parcă ziceai că este ceva la mine care îţi place". La care ea i-a răspuns: „A fost, dar i-ai cheltuit pe toţi".

Dr. Howard Hendricks a făcut observaţia plină de profunzime cum că

„Într-o relaţie de dragoste autentică îl îmbogăţeşti pe celălalt în totalitatea lui. În acest gen de relaţie, un om care a fost căsătorit timp de douăzeci sau patruzeci de ani este încă fascinat de soţia sa, mai mult chiar decât în prima noapte a lunii de miere. De ce? Fiindcă nu s-a căsătorit cu un trup. Dacă ar fi fost aşa, totul s-ar fi consumat cu mult, mult timp înainte.

S-a căsătorit cu o persoană şi, cu fiecare an ce trece, persoana este mai îmbogăţită. De aceea, şi relaţia sa este mai prosperă.

Gândiţi-vă la bietul băiat care se însoară cu o fată doar pentru trupul ei, iar după ce stă căsătorit cu ea o vreme descoperă că are un corp frumos, dar este proastă. Nici măcar nu poate purta o discuţie cu ea.

Din punct de vedere spiritual este infantilă şi nu conştientizează acest aspect. Din punct de vedere social, este o persoană handicapată. El îşi dă seama că a făcut, efectiv, o alegere proastă, oricât cât de frumoasă i-a părut fata la început. Ce diferenţă faţă de cazul în care întâlneşti o persoană capabilă să te atragă pe toate planurile. Poate că pentru altcineva ea nu e neapărat atractivă, dar pentru tine este extrem de fermecătoare".83

În căutarea adevărului

Pune-ţi următoarele întrebări: îmi place felul în care această persoană se comportă în public? Dar felul în care se exprimă? Aş putea fi fericit ştiind că voi purta conversaţii cu această persoană pentru tot restul vieţii mele? Dacă aş fi invitat la o recepţie, aş fi mândru să fiu însoţit de această persoană în calitate de partener al meu?

Urmările dezastruoase ale multor căsnicii se datorează de multe ori faptului că relaţia nu se bazează pe o reacţie totală în raport cu o persoană în ansamblul însuşirilor sale. În lipsa acestei reacţii depline, dragostea este imatură şi incompletă.

Trebuie să avem, însă, grijă să distingem persoana de activităţile sale.

Soţia mea nu mă iubeşte fiindcă sunt orator şi scriitor. Ea mă ajută în ceea ce *fac,* dar mă iubeşte pentru ceea ce *sunt.* Un bărbat nu trebuie să se însoare cu o femeie pentru că găteşte excelent, nicio femeie nu trebuie să se mărite cu un bărbat fiindcă îi oferă posibilitatea unor contacte sociale importante. „O căsnicie reprezintă angajamentul a doi oameni nu de a face schimb de produse şi servicii, ci de a se elibera în întregime de mentalitatea mercantilă. Fiecare partener îl primeşte pe celălalt ca persoană în întregimea ei, mai curând pentru ceea ce ea este, decât pentru ceea ce acceptă să facă”.84

Dottie mărturiseşte că felul în care am reacţionat unul faţă de celălalt a fost cu totul diferit în raport cu experienţele relaţiilor sale din trecut.

„Cu Josh, eram preocupată de deplinătatea persoanei lui. Am fost atrasă de el din punct de vedere fizic, însă în aceeaşi măsură am fost atrasă de inteligenţa sa şi de felul lui de a fi. Aptitudinile sale intelectuale, alegerile făcute de el, profunzimea spirituală şi felul lui prietenos de a fi cu oricine pe o rază de câteva zeci de metri în jurul lui, au fost în măsură să mă stimuleze”. Iată o reacţie plenară faţă de o persoană luată în totalitatea ei.

Cunoaşterea unui om trebuie însoţită de studiul comportamentului în timpul întâlnirilor. Acestea trebuie planificate în aşa fel încât să ne pună în situaţii prin intermediul cărora să-l putem cunoaşte mai bine pe celălalt. Trebuie să vedem care este nivelul de comunicare dintre noi.

Una dintre cele mai mari provocări ale mele a fost să o cunosc pe Dottie pe plan intelectual. Are o minte sclipitoare şi este, probabil, cel mai bun editor al meu.

Un anume consilier spune că există un singur mod de a asigura existenţa unui domeniu perpetuu de interese comune de-a lungul căsniciei, iar acesta constă în construcţia unei relaţii. Cum? Fă astfel încât să-l vezi pe prietenul tău în cele mai diverse situaţii. Jucaţi Monopoly sau şah împreună şi vezi cum reacţionează atunci când îl baţi. S-ar putea să descoperi că Romeo al tău este iute din fire. Pune-ţi întrebarea: *îmi doresc să am parte de aşa ceva tot restul vieţii mele?*

Dragostea matură este orientată către om în deplinătatea lui. Aceasta nu înseamnă numai să-l iubeşti şi să-l accepţi pe celălalt în totalitate ca persoană, ci înseamnă, de asemenea, să fii iubit şi acceptat

pentru ceea ce reprezinţi tu sub toate aspectele. Unii pot oferi această iubire deplină, însă nu pot fi deschişi în toate privinţele, pentru ca astfel să fie iubiţi total, chiar dacă îşi doresc, probabil, acest lucru. A fi iubit ca persoană deplină nu înseamnă a tânji. A-l iubi pe celălalt ca persoană deplină nu înseamnă a-l sufoca.

O DRAGOSTE NUTRITĂ PENTRU TOT CEEA CE REPREZINTĂ OMUL DE LÂNGĂ TINE

Subiecte de meditaţie

— De ce este periculos să construieşti o relaţie pe baza atracţiei sexuale?

— Ce înseamnă să ai o dragoste „îndreptată către persoana deplină”? Fii concret.

— Care sunt câteva dintre cele mai importante elemente într-o căsnicie – şi de ce?

— Ce poţi face ca să ajungi să cunoşti o persoană *în ansamblul însuşirilor ei* pe parcursul primilor paşi ai unei relaţii?

pune pe litere:

D-Ă-R-U-I-E-Ş-T-E

Cum se scrie pe litere dragoste? Cum ai defini atitudinea unei persoane realmente îndrăgostită?

Când oamenii îmi cer să definesc dragostea, le răspund că atunci când ajungi la punctul în care fericirea, siguranţa şi dezvoltarea celuilalt constituie pentru tine o forţă care se identifică cu propria ta fericire, siguranţă şi dezvoltare, atunci eşti în posesia unei iubiri mature.

Adevărata dragoste se scrie pe litere astfel: D-Ă-R-U-I-E-Ş-T-E. Nu se bazează pe ceea ce poţi obţine, ci îşi are rădăcinile în ceea ce îi poţi dărui celuilalt.

Cercetătorii Dr. Paul Ammons şi Dr. Nick Stinett, pe care i-am mai amintit, au constatat că unul dintre cei mai importanţi numitori comuni ai oamenilor care au parte de relaţii reuşite, sănătoase, este faptul că sunt generoşi. Evelyn Duvall, care a ajutat atâţia oameni în problemele de dragoste, scrie: „Iubirea care durează presupune o preocupare reală şi sinceră pentru ceilalţi ca persoane, pentru valorile la care se raportează, pentru dezvoltarea şi progresul lor”.85

Dragostea matură îl are în centru pe celălalt. În cartea sa, *Marriage îs for Love,* Dr. Richard Strauss scrie că:

Această imensă satisfacţie constă în a-l face pe celălalt fericit. Nu

vom găsi niciodată fericirea atâta timp cât o căutăm cu tot dinadinsul. Cu cât o căutăm mai mult, cu atât devenim mai frustraţi şi mai dezamăgiţi. Urmărind la modul egoist propria noastră plăcere, nu obţinem decât nefericire. O viaţă lipsită de egoism, închinată celorlalţi, este răsplătită din plin.
Dragostea matură presupune trecerea de la o stare în care primeşti mult şi dai puţin, la o stare în care dai cu dragă inimă totul şi nu ceri nimic în schimb.86

Care este dorinţa ta cea mai mare?

Atitudinea obişnuită de genul: „Vreau ceea ce eu vreau, atunci când eu vreau" este atitudinea care stă la baza războaielor şi a conflictelor internaţionale. Aceeaşi forţă care distruge naţiuni, destramă căsnicii şi familii. Credinţa mea e că majoritatea problemelor care provoacă astăzi suferinţă în lume ar putea fi rezolvate dacă am putea învăţa ce înseamnă dăruirea de sine, punând nevoile celorlalţi pe primul plan. Aproape toate căsniciile şi relaţiile de familie ar putea fi salvate printr-o simplă, dar profundă schimbare în atitudinea noastră.

Elof G. Nelson organizează în fiecare primăvară un curs de douăsprezece ore în vederea pregătirii pentru viaţa conjugală, în cadrul unui program axat pe religie şi sănătate desfăşurat la Spitalul din Minneapolis. El relatează această întâmplare în *Your Life Together.*

La puţin timp după ce s-a căsătorit, John a început să îşi reia stilul de viaţă pe care îl avusese în zilele sale de burlăcie.
Îi plăcea foarte mult baschetul. Cum campionatul de baschet era în plină desfăşurare, s-a alăturat din nou celor trei echipe la care activase în ultimii cinci ani.

La nici două luni după nuntă, John era plecat în fiecare seară, de luni până vineri, fie să se antreneze, fie să participe la meciuri.
Sâmbătă după-amiaza, îşi aducea acasă câţiva dintre prieteni ca să urmărească meciurile echipelor universitare la televizor.
Aceasta a fost viaţa lui – toamna, iarna şi începutul primăverii din primul şi al doilea an de căsătorie. Când dădea primăvara, făcea acelaşi lucru în cadrul unei echipe de baseball.

Certuri teribile s-au iscat din această cauză. Rareori John îşi petrecea o seară alături de Nancy. Când era acasă, îşi ocupa timpul citind toate revistele de sport pe care apucase să le cumpere. Sentimentul ei era că el se comporta de parcă şi-ar fi luat o menajeră, şi în niciun caz o soţie. Apoi, el a început să iasă cu prietenii aproape în

fiecare seară de sâmbătă şi duminică. Era evident că nu se va linişti şi nu se va adapta la viaţa conjugală. Expresia lui favorită era: „Nu voi permite nimănui să-mi schimbe modul de viaţă”.87

Este clar că John gândea încă şi trăia doar pentru el însuşi, fără să ţină seama de dorinţele soţiei lui. Era un adevărat model al concepţiei de tipul:
„Vreau ceea ce eu vreau”, care, evident, duce la eşec în căsnicie.

În timpul unui zbor recent de la Los Angeles la Atlanta, am hotărât să intru în discuţie cu bărbatul care stătea lângă mine. În majoritatea cazurilor vorbesc despre unul dintre cele două lucruri care stăruie de obicei în mintea mea – Iisus Hristos şi soţia mea. De data asta m-am gândit să încep cu soţia.

„Sunteţi căsătorit?”, l-am întrebat.

Întrebarea aproape că l-a făcut să sară din scaun.

„O, nu, domnule, nu e pentru mine”, a răspuns el, atât de tare încât şi cei aflaţi la cinci rânduri distanţă l-au putut auzi.

„O, nu?”, am spus, şi am început să-i povestesc despre soţia mea, fiicele şi fiul meu şi despre relaţia noastră.

Eşecul ideii de „jumătate-jumătate”.

Nu după mult timp, şi-a schimbat atitudinea şi mi-a spus: „Ei, poate că într-o zi mă voi căsători. Dar daţi-mi voie să vă spun, domnule, la mine totul va fi 50% – 50%”.

I-am spus: „Ştiţi ce vă rog? Nu vă căsătoriţi!”

O relaţie trăită la maximum presupune dăruire în proporţie de 100%, indiferent de ceea ce primeşti înapoi. Problema în ce priveşte relaţia de tipul „juma-juma” este că întotdeauna încerci să stabileşti dacă celălalt contribuie cu partea sa. Într-un fel sau altul, niciodată nu pare a fi suficient. Atunci când dai 100%, eşti liber să-l iubeşti şi să-l accepţi pe celălalt necondiţionat.

Când îţi faci o prioritate din a dărui, răsplata este nemaipomenită.
Vei descoperi că atunci când dai 100%, primeşti înapoi 150%. Dacă o persoană ştie că este iubită necondiţionat, nu poate decât să răspundă în acelaşi fel, cu dragoste. Întotdeauna vei primi mai mult decât ai dat.

Când ai dragoste matură, preocuparea ta nu va fi doar de a-ţi satisface propriile nevoi. Vei fi în aceeaşi măsură atent la ale celuilalt. Şi, ori de câte ori aceste nevoi par să intre în conflict cu ale tale, dacă iubirea ta este matură, nu trebuie să arunci cu banul ca să hotărăşti ale

cui necesităţi vor fi luate în seamă mai întâi. Dragostea matură doreşte ca mai întâi să-i întinzi mâna celuilalt. Vei descoperi că nevoile celuilalt sunt mult mai importante decât ale tale.

C.S. Lewis remarca: „Într-o legătură foarte strânsă, [dragostea] trece dincolo de uriaşul zid al egoismului nostru; face ca însăşi pofta să devină altruistă, pune deoparte fericirea personală, ca un lucru lipsit de însemnătate, şi sădeşte interesul pentru celălalt în centrul fiinţei noastre".88

Lewis continuă comparând dragostea dintre doi oameni cu o vioară şi un arcuş. În mâinile unui muzician talentat, cele două produc un sunet minunat, pe care cu greu ni-l putem imagina atunci când vedem arcuşul şi vioara separat. La fel, atunci când un bărbat şi o femeie se unesc într-o relaţie matură şi întemeiată pe dăruire, frumuseţea şi armonia care sunt prezente atunci când cei doi se află împreună este greu de imaginat o dată ce îi percepem separat.

SPUNE PE LITERE: D-A-R-U-I-E-Ş-T-E

A dărui până la suferinţă

O latură importantă a dăruirii este că trebuie să ţii seama de sentimentele şi părerile celuilalt atunci când iei o decizie. Un cuplu tânăr, Cindy şi Kip, nu au ajuns la experienţa unei relaţii de dragoste mature nici măcar după optsprezece luni de logodnă. Cindy nu a ţinut cont de sentimentele şi părerile lui Kip în luarea deciziilor privitoare la relaţia lor. A trăit cu certitudinea că el va fi entuziasmat de planurile ei. În cele din urmă, Kip şi-a dat seama că el nu era decât un mijloc prin care Cindy îşi satisfăcea propriile nevoi. *Ea* făcuse planuri în legătură cu relaţia *lor,* iar el avea sentimentul că trebuie să accepte cuminte fiecare hotărâre pe care ea o lua de una singură. Nici măcar nu putea să-i dăruiască nimic, fiindcă ea nu era dispusă să primească de la el.

Dragostea matură, însă, este dispusă să se sacrifice. Atunci când eşti preocupat cu adevărat de fericirea, siguranţa şi dezvoltarea celuilalt, vei fi dispus să-ţi demonstrezi dragostea prin fapte.

Modelul nostru pentru dragostea matură este Iisus Hristos. Dragostea
Lui era dispusă la sacrificiu. El a fost o ilustrare vie a învăţăturilor Sale despre iubire. „Nimeni nu are o dragoste mai mare decât aceasta: ca cineva să-şi dea viaţa pentru prietenii săi" (Ioan 15: 13). Iisus a trăit şi a murit pe cruce nu doar pentru ca noi să primim mântuirea, ci şi

„pentru ca bucuria Mea să rămână în voi şi bucuria voastră să fie deplină” (Ioan 15: 11). În Efeseni 5: 1 – 2, Pavel subliniază: „Urmaţi pilda lui Dumnezeu ca nişte copii preaiubiţi. Şi trăiţi în dragoste, după cum şi Hristos ne-a iubit şi S-a dat pe Sine pentru noi, ca dar şi ca jertfă de bun miros lui Dumnezeu”.

Urmând pilda lui Hristos, Pavel spunea: „Fiecare din noi să placă aproapelui său (să-l facă fericit), în ce este bine, spre zidire” (Romani 15: 2).

Dragostea ta este matură atunci când te preocupă mai mult relaţia şi cealaltă persoană decât propriile tale dorinţe. Este matură când aspiraţiile şi valorile comune devin o prioritate pentru amândoi, iar dorinţa de a ieşi învingător sau de a dovedi că ai dreptate încetează să mai fie importantă.

Subiecte de meditaţie

— De ce o relaţie de tipul „jumătate-jumătate” nu poate funcţiona?

— În ce fel este Iisus Hristos un model de iubire dispusă la sacrificiu?

— În cel fel se manifestă dăruirea într-o relaţie matură?

Arată respect şi consideraţie

...-.:

Râdem atunci când comicul cutare se plânge că nu are parte de respect. Însă atunci când respectul lipseşte din viaţa reală a unei relaţii, nu mai este nimic de râs. Rămân uimit să văd cât de mulţi oameni nu reuşesc să le ofere partenerilor lor minimum de respect, pe care în mod obişnuit îl arată faţă de persoane străine. Consilierul în probleme de familie Judson Swihart a scris o carte utilă pe această temă, intitulată *How to Treat Your Family As Well As You Treat Your Friends.*

Un indicator major al dragostei mature este măsura respectului şi consideraţiei pe care o arăţi faţă de persoana iubită. Într-o relaţie matură, această consideraţie şi acest respect se vor manifesta în mod reciproc.

Dacă respectul şi consideraţia nu sunt prezente în relaţie, dragostea încetează a mai fi dragoste şi devine doar o pasiune egoistă.

Respectul îl arăţi atunci când îi dai celuilalt libertatea de a se

dezvolta şi de a se maturiza. Prin respect spui: „Eşti OK şi te admir aşa cum eşti”. Respectul îl încurajează pe cel iubit să fie cu adevărat el însuşi sau ea însăşi şi să crească şi să se dezvolte, nu de dragul de a-l sluji pe partenerul său, ci pur şi simplu spre binele lui sau al ei.

Consideraţia este o atitudine în care acorzi o atenţie sporită celuilalt şi care nu implică nicio urmă de exploatare. Preţuirea reciprocă apără căsnicia împotriva inevitabilelor suişuri şi coborâşuri cu care aceasta se confruntă şi care o pot afecta.

Scriitorul şi consilierul familial Larry Christenson remarcă:

Dacă tandreţea şi grija unui soţ faţă de soţia sa depind de felul în care ea arată sau de felul în care el se simte în fiecare zi – dacă respectul soţiei faţă de soţ variază în funcţie de dispoziţiile pe care le are, sau de judecata ei cu privire la felul în care el îi satisface pretenţiile şi aşteptările – căsnicia se află pe un teren nesigur. Dragostea devine zălogul stărilor trecătoare şi al sentimentelor. Dumnezeu a vrut ca dragostea într-o căsnicie să fie clădită pe o temelie mai stabilă. Această temelie este respectul pentru locul pe care Dumnezeu l-a hărăzit partenerului de viaţă.89

Respectul şi consideraţia pe care două persoane le au unul faţă de altul menţin integritatea şi individualitatea amândurora într-o relaţie de dragoste.

„În ultimă instanţă”, spune psihologul Nathaniel Branden, „iubirea romantică trebuie definită ca o ataşare spiritual-emoţional-sexuală plină de pasiune, ce reflectă respectul profund pe care două persoane îl au reciproc pentru valorile lor”.90

Unul dintre cei mai pătrunzători autori care au scris despre dragoste.

John Powell, notează: „Ştim că dacă un boboc de floare este vătămat de către forţe ostile, cum ar fi un ger timpuriu, acesta nu se va mai deschide. La fel, o fiinţă umană care este lipsită de sprijinul plin de căldură al dragostei şi care trebuie să îndure absenţa de gheaţă a aprecierii şi a afecţiunii va rămâne închis în sine însuşi”.91

Demascarea imposturii

Un domeniu cheie în care lipsa de respect duce la manipulare este sexul înainte de cununie. Când există respect şi consideraţie nu se folosesc formule prin care se profită de situaţie, cum ar fi: „Dacă mă iubeşti, vei accepta”. Aşa ceva merită un răspuns de genul: „Dacă m-ai iubi cu adevărat, nu ai mai insista”, sau: „Mă iubeşti atât de puţin încât

trebuie să faci sex cu mine ca să mi-o dovedeşti?"

Argumentul că „toată lumea o face" este expresia unui hedonism egocentric ascuns sub masca iubirii. Un răspuns potrivit ar fi: „Atunci nu-ţi va fi greu să găseşti pe altcineva". Întrebarea meschină: „Vrei să te întinzi pe bancheta din spate?" poate fi contracarată prin: „Nu, mai bine stau aici cu tine". O formulă clasică pe care am întâlnit-o a fost atunci când o studentă a venit şi m-a întrebat: „Domnule McDowell, mă puteţi ajuta?". „Care e problema?", am zis. Ea a răspuns: „Prietenul meu mi-a spus că, dacă nu fac sex, voi avea probleme cu rinichii".

Oricare dintre formulele sau replicile de mai sus, sau altele similare, reflectă o parte din atitudinile şi motivaţiile superficiale care determină aşa-numitele „relaţii de dragoste".

La o conferinţă destinată persoanelor singure, în Chicago, o femeie mi-a pus o întrebare foarte delicată. Mai târziu, când am relatat acest fapt în timpul unei prelegeri la UCLA, am uitat să menţionez că întâmplarea avusese loc în Chicago. După prelegere, un student care frecventa cursurile postuniversitare, nervos, s-a apropiat de mine, crezând că prietena lui mi-a vorbit despre el, iar eu am povestit întregii audienţe.

Întâmplarea se referea la o tânără care era însărcinată şi care mi-a cerut opinia despre avort. I-am spus: „Înainte de a-ţi răspunde, pot să îţi pun o întrebare personală?" Ea a zis: „Da", iar eu am întrebat-o:

„De ce ai început această relaţie fizică intimă cu prietenul tău?". Mi-a răspuns: „Josri, am vrut dintotdeauna să aştept momentul potrivit, relaţia adevărată, dar presiunea a devenit prea mare. Îmi tot zicea:
Iubito, dacă mă iubeşti, vei accepta. Draga mea, dacă ţii la mine, vei accepta, Oh, Joyce, dacă mă iubeşti, vei accepta".

Atunci am întrebat-o: „Acum, că eşti însărcinată, ce spune minunatul tău iubit?"

Ştiam exact ce urma să-mi zică, din sutele de telefoane, scrisori şi situaţii întâlnite în activitatea de consiliere. Ea a spus: „Acum îmi spune: Iubito, dacă mă iubeşti, vei face avort. Draga mea, dacă ţii la mine, vei face avort".

Rezistenţa în faţa tentativelor ieftine

„Dacă mă iubeşti, vei accepta" este unul dintre cele mai triviale şi mai degradante lucruri pe care le poţi spune cuiva într-o relaţie. Aşa

că, dacă un bărbat sau o femeie face presiuni asupra ta cu scopul de a te face să cedezi sexual, primul lucru pe care trebuie să-l spui este: „Nu”. Dacă persoana respectivă insistă, spune-i ce ai pe inimă: „Ştii cum mă simt când faci asta?” Iar dacă faptul că îi împărtăşeşti sentimentele tale nu are niciun rezultat, spune-i persoanei respective: „Rămâi cu bine”. O astfel de relaţie nu este de dorit, fiindcă eşti privit şi tratat nu ca un om care are o valoare, ci ca un obiect de care celălalt vrea să se folosească.

Mulţi oameni vin la mine şi-mi spun: „Josh, vreau să aştept”. Sau: „Până acum nu am aşteptat, însă de acum încolo vreau să aştept persoana potrivită pentru căsătorie”. Apoi, aceştia adaugă: „Trebuie să ştiu cum să îi explic celui cu care mă întâlnesc motivul pentru care vreau să aştept”.

Eu le spun: „Dacă vrei să aştepţi, se cuvine să ştii de ce. Dacă tu spui nu, iar persoana insistă, este clar că nu te iubeşte cu adevărat.
Asta nu e dragoste. În esenţă, toţi oamenii urmăresc eliberarea sexuală şi satisfacerea dorinţelor personale. Motivul tău ca să aştepţi este întemeiat şi nu trebuie să te justifici nimănui”.

Cineva care face presiuni asupra ta din punct de vedere sexual e posibil ca mai târziu să te împingă şi la alte lucruri – minciună, înşelăciune sau orice altceva. Este un defect de caracter care s-a dezvoltat de-a lungul anilor şi care va ieşi din nou la suprafaţă. Ţine minte, caracterul unui om se oglindeşte în viaţa sa de cuplu.

La ce te aştepţi?

În The Total Couple, Albert şi Carol Allman Lee relatează clasica întâmplare a profesorului care, căzând pradă erorii, ajunge la nişte rezultate interesante.

Se pare că unui profesor, în prima zi de cursuri, i-a fost înmânată o listă cu numele copiilor; fiecare nume era însoţit de un număr din două sau trei cifre. La sfârşitul cursului, notele copiilor au fost în concordanţă cu numerele care i-au fost date. Elevul al cărui nume era însoţit de numărul 140 aprimit 10, iar cel cu 87 a primit 5. Abia după ce a scris notele, profesorul a aflat că numerele respective nu reprezentau punctajul coeficientului de inteligenţă, ci numerele de la dulapuri. Profesorul a pornit cu prejudecăţi în ce priveşte capacităţile elevilor, iar ei au confirmat calităţile
(sau deficienţele) la care el se aştepta. Când intri într-o relaţie, trebuie să-i atribui de la început partenerului tău cel mai mare punctaj.92

În articolul ei, *The Secrets Behind Successful Marriages,* Madora Holt scrie despre importanţa respectului. Ea relatează povestea unei femei care şi-a dat seama că se simte împlinită în relaţia cu soţul ei.

Când ne-am căsătorit, părinţii mei au spus că nu va dura mai mult de şase luni căsnicia noastră şi că eu va trebui întotdeauna să lucrez ca să ne putem întreţine. S-au înşelat într-o anume privinţă. Am trecut prin foarte multe furtuni, iar eu am fost întotdeauna capul familiei. Cu ajutorul răbdării soţului meu, a respectului plin de afecţiune şi a caracterului său econom am reuşit să transform un talent într-o carieră înfloritoare, profitabilă, interesantă şi de lungă durată. Dacă el nu ar fi supravegheat şi condus cu pricepere investiţiile noastre, aş fi putut sfârşi la fel ca mulţi dintre contemporanii mei – cu foarte puţini sau fără niciun ban în buzunar.

Respectul, respectul reciproc, acesta este cheia. De exemplu: într-un anume moment al carierei atinsesem punctul maxim al profesiei mele şi câştigam foarte mulţi bani. Atunci şi-a făcut apariţia un bărbat pe care l-am considerat ca fiind deasupra mea. Era sociabil, inteligent, iubitor de distracţii şi multi-milionar. M-am despărţit de soţul meu şi am intentat divorţ, în speranţa că în sfârşit voi fi căsătorită cu un bărbat care îmi era superior. Am aflat de la o prietenă că, în timp ce eu eram plecată din oraş, o sunase pentru „a se cunoaşte mai bine”. Ştiam că soţia lui divorţase din pricina infidelităţii. Am gândit atunci cât se poate de obiectiv.

Fusesem căsătorită până atunci aproximativ douăzeci şi cinci de ani şi nici măcar o dată soţul meu nu m-a făcut de ruşine uitându-se la o altă femeie. Pot faima şi banii şi câteva râsete sofisticate să înlocuiască un om bun, de o integritate discretă? Nu! M-am împăcat cu soţul meu, şi a fost cea mai bună decizie pe care am luat-o vreodată. Adoptasem o fetiţă şi m-am cutremurat la gândul influenţelor contradictorii pe care le-ar fi primit de la noi ca părinţi, dacă nu am fi reuşit să trecem peste aceste neînţelegeri.93

Puterea adoraţiei

Soţia mea crede despre mine că sunt un rege. Crede că sunt cel mai bun orator, cel mai bun soţ şi cel mai bun tată din lume. Ştii ce efect are asta asupra mea? Mă motivează să fiu tot ceea ce ar trebui să fiu în relaţia cu soţia mea. Există ceva în respectul arătat de ea care naşte în mine dorinţa de a deveni acel om pe care ceilalţi se aşteaptă să-l

vadă în mine. Respectul contribuie la păstrarea integrităţii unei relaţii, întrucât creează dorinţa de a proteja împotriva presiunilor exterioare nu numai persoana de lângă tine, ci şi relaţia totodată. Respectul reciproc şi consideraţia vor însoţi cuplul prin multe clipe grele şi îl vor apăra împotriva oricărui fel de atacuri îndreptate împotriva relaţiei.

Dacă ai o relaţie în prezent şi te gândeşti la căsătorie, mă simt nevoit să insist asupra unei întrebări fundamentale pe care trebuie să ţi-o pui: O respect pe persoana cu care mă întâlnesc? îmi voi putea arăta respectul faţă de acest om pentru tot restul vieţii mele, în virtutea a ceea ce el este sau face?

Dacă răspunsul tău este un da sincer, poţi folosi acest lucru nu numai pentru a determina faptul dacă trebuie sau nu să te căsătoreşti cu acea persoană, ci de asemenea şi pentru a evalua gradul real de maturitate al dragostei tale.

Subiecte de meditaţie

— De ce sunt respectul şi consideraţia elemente atât de importante într-o relaţie conjugală intimă?

— Care sunt câteva moduri prin care îţi poţi arăta consideraţia şi respectul faţă de cealaltă persoană?

Încolo derice condiţii

A *A* i-ar fi imposibil să descriu dragostea matură fără a-ţi vorbi despre

ricea mai consistentă definiţie a dragostei dată vreodată. Lista calităţilor pe care doresc să ţi-o împărtăşesc a apărut în multe tratate de psihologie. Însă, prima dată a apărut în Biblie. Dă-mi voie să-ţi prezint calităţile de care este nevoie pentru o relaţie de dragoste, sexuală şi conjugală, aşa cum se regăsesc ele în 1 Corinteni 13: 4 – 5.

Să nu consideri, însă, acest pasaj cunoscut din Scriptură ca pe o definiţie a dragostei. Adevărata definiţie a dragostei din Biblie este dată de moartea lui Hristos pe cruce. Gary Inrig are perfectă dreptate, în cartea sa, *Quality Friendship,* atunci când spune: „Dragostea este acţiunea aflată în acord cu voinţa şi natura lui Dumnezeu şi care, motivată prin caracterul celui ce iubeşte şi prin nevoia celui ce este iubit, acţionează spre binele celuilalt, indiferent de preţul pe care trebuie să-l plătească. Numai pe cruce putem vedea o asemenea dragoste, şi orice definiţie din care lipseşte Golgota este inadecvată”.94

Dragostea este un verb

Inrig ne reaminteşte că, în textul grecesc original, cuvintele folosite pentru a descrie dragostea nu sunt adjective, ci verbe. Prin aceasta, explică el, „ni se aminteşte în mod expres faptul că dragostea nu este niciodată pasivă ori statică. Dragostea este întotdeauna activă, mereu în mişcare...”.95

Kenneth S. Wuest, care ne dezvăluie întreaga semnificaţie a fiecărui cuvânt grecesc în traducerea sa extinsă a Noului Testament, ne arată în mod clar faptul că dragostea este activă. Iată traducerea lui la 1 Corinteni
13: 4 – 8:

Dragostea îndură cu blândeţe şi răbdare purtarea urâtă a celorlalţi. Dragostea este binevoitoare, prietenoasă, blândă, pătrunde şi umple întreaga fire, îmblânzind tot ce ar putea fi rău şi aspru; nu este invidioasă.

Dragostea nu se laudă, nu face pe grozava, nu este ostentativă, nu se umflă de mândrie, nu se poartă necuviincios.

Fără dacă sau pentru că... Nimic mai mult!

Descrierea celor trei tipuri de dragoste din următoarele pagini este luată din cartea mea, *Givers, Takers and Other Kinds of Lovers* (Tyndale, 1981). Aş vrea să foloseşti această descriere ca pe o oglindă, pentru a evalua relaţiile de dragoste pe care le ai în momentul de faţă cu prietenii, familia, persoanele de sex opus sau cu partenerul tău de viaţă.

Mulţi oameni cunosc doar primul tip de dragoste. Tu şi cu mine oferim şi primim această dragoste atunci când anumite condiţii sunt îndeplinite. Eu o numesc „iubesc dacă”. Motivaţia noastră este în esenţă nu caută folosul ei, nu se enervează, nu se întărâtă, nu îşi iese din fire, nu se mânie, nu se gândeşte la rău [pe care îl suferă], nu se bucură de nelegiuire, ci se bucură de adevăr, acoperă totul, crede totul, speră totul, rabdă totul, nu-şi pierde spiritul şi nici curajul. Dragostea nu piere niciodată.96

Având o asemenea dragoste, vom înceta să mai pretindem ca totul să fie după voia noastră. Nu vom pune condiţii dragostei noastre şi vom aşeza interesele şi dorinţele celui iubit deasupra propriilor noastre interese şi dorinţe.

Un exerciţiu care te transformă

Care este reacţia ta atunci când cineva spune ceva nechibzuit?

Ai vreodată sentimentul că le-ai oferit destul celorlalţi, iar acum este rândul lor ca, pentru o vreme, să îţi întoarcă serviciile?

Dacă atitudinile tale nu corespund, într-un fel sau altul, dragostei biblice, încearcă să citeşti 1 Corinteni 13: 4 – 8 înlocuind cuvântul
„Dragoste" cu cel de „Dumnezeu" („Dumnezeu este îndelung-răbdător. Dumnezeu este plin de bunătate…"). Apoi notează pe hârtie, înlocuind „Dragoste" cu numele tău („Josh este îndelung-răbdător, Josh este plin de bunătate…"). Au! Te loveşte în plin, nu-i aşa? La aceasta se referă Biblia atunci când vorbeşte despre transformarea care şi-l fixează drept model pe Hristos. Dumnezeu are standarde înalte.

1 Corinteni 13 nu reprezintă ultimul cuvânt în ce priveşte dragostea;
Iubirea lui Dumnezeu este prezentă în nenumărate locuri, pe tot cuprinsul Bibliei. Totuşi, îţi propun să iei calităţile dragostei care se găsesc în acest pasaj şi să faci un efort pentru a le aplica în viaţa ta şi în relaţiile pe care le ai cu ceilalţi. una egoistă, iar scopul este acela de a obţine ceva în schimbul dragostei.
„Dacă eşti copil cuminte, taţi te iubeşte". „Dacă îmi confirmi aşteptările, ca iubit… dacă îmi satisfaci dorinţele… dacă te culci cu mine, am să te iubesc".

Am întâlnit atâtea femei care nu cunosc o altfel de iubire decât cea care declară: „Te voi iubi dacă faci tot ce-ţi spun". Multe căsnicii se destramă din cauză că sunt clădite pe o astfel de dragoste. Soţul sau soţia se dovedesc a fi îndrăgostiţi de o imagine iluzorie, exagerată. Când apare deziluzia, sau când ne sunt înşelate aşteptările, „iubesc dacă" se transformă adesea în resentiment.

Al doilea tip de dragoste (iar eu cred că cei mai mulţi oameni îşi întemeiază căsătoriile pe acesta) este „iubesc pentru că". O persoană este iubită pentru ceea ce este, are sau face. Această dragoste este determinată de o calitate sau o situaţie specifică celuilalt. „Iubesc pentru că „seamănă de multe ori cu: „Te iubesc fiindcă eşti drăguţă"; „Te iubesc fiindcă mă faci să mă simt în siguranţă; fiindcă eşti atât de cunoscut", etc.

Ţi se pare, probabil, că „iubesc pentru că „sună destul de bine. Cu toţii ne dorim să fim iubiţi pentru anumite calităţi ale noastre. Având pe cineva care ne iubeşte pentru ceea ce suntem ne poate aduce, iniţial, un sentiment de uşurare, fiindcă aflăm astfel că există

ceva la noi vrednic de iubire. Însă acest tip de iubire se dovedeşte a fi la fel de puţin benefic ca şi „iubesc dacă”, constituind o temelie şubredă pentru o căsnicie.

De exemplu, gândeşte-te la problema competiţiei. Ce se întâmplă într-o relaţie de genul „iubesc pentru că”, atunci când apare cineva cu mai multe calităţi decât cele pentru care tu eşti iubit? Să presupunem că eşti o femeie a cărei frumuseţe este unul dintre motivele determinante pentru care te iubeşte soţul tău. Ce se întâmplă în momentul în care intră în scenă o femeie şi mai frumoasă? Sau să zicem că eşti un bărbat cu o soţie care te iubeşte pentru salariul pe care-l câştigi şi pentru lucrurile pe care le poate obţine cu ajutorul acestui salariu. Ce se întâmplă atunci când apare cineva care are un salariu mai mare? Te va pune competiţia în dificultate? îţi va ameninţa ea dragostea? Dacă da, atunci dragostea ta este de tipul „pentru că”.

Cei mai mulţi avem două imagini despre noi înşine. Suntem o anumită persoană în exterior, dar ştim de asemenea că în adâncul sufletului nostru există o persoană pe care puţin oameni o cunosc cu adevărat.

Am învăţat faptul că în relaţiile de tipul „iubesc pentru că „ne e frică să-l lăsăm pe partenerul nostru să ne cunoască aşa cum suntem în adâncul nostru. Ne sperie faptul că vom fi mai puţin acceptaţi, mai puţin iubiţi şi chiar respinşi de partenerul nostru o dată ce ne va cunoaşte cu adevărat.

Există în viaţa ta ceva, orice, pe care să nu-l poţi împărtăşi partenerului tău, de teama de a nu avea parte de neplăceri, fie şi minore, sau de teama de a nu fi respins? Dacă da, te asigur că îţi va fi greu să trăieşti o relaţie sexuală deplină, fiindcă intimitatea sexuală profundă pretinde

100% încredere şi dăruire. Primul loc în care orice fel de frică sau nesiguranţă iese la iveală este aşternutul.

Atunci când ne manifestăm adevărata sexualitate în mod deplin, inevitabil devenim vulnerabili. Tocmai această deschidere face ca maxima satisfacţie şi maxima comunicare în plan sexual să fie posibile. Aceeaşi deschidere face posibilă cea mai adâncă suferinţă dacă nu suntem pe deplin acceptaţi. Într-o relaţie de tipul „iubesc pentru că „nu te poţi dărui total în împărtăşirea dragostei trupeşti fiindcă riscul de a suferi este prea mare.

Asta este!

Sunt fericit să pot spune că mai există încă un tip de dragoste. Este dragostea fără condiţii, sau dragostea cu condiţii minime. Aceasta spune: „Te iubesc în ciuda a ceea ce poate că se găseşte în adâncul tău. Te iubesc indiferent de schimbările prin care ai trece. Te iubesc, NIMIC MAI MULT!"

Să nu ne lăsăm induşi în eroare. Nu e vorba despre o dragoste oarbă.

Lipsurile şi defectele celuilalt pot fi cunoscute foarte bine, dar nu ne împiedică să-l acceptăm în totalitate, fără a-i cere ceva în schimb. Nu poţi cuceri această dragoste şi nu o poţi înlătura. Ea nu depinde de nimic. Este diferită de dragostea de tipul „pentru că „prin faptul că nu se bazează pe vreo însuşire care te seduce la persoana iubită.

Iubirea de genul „Iubesc, nimic mai mult" poate fi experimentată numai de către un om complet şi împlinit – care nu are nevoie să îşi umple golurile din propria sa viaţă prin intermediul relaţiilor.

Fiind o persoană care călătoreşte mult, am văzut atât creştini, cât şi necreştini care trăiesc acest al treilea tip de dragoste. Dar cei care au trăit-o timp mai îndelungat (şi acesta este criteriul prin care îmi place să evaluez calitatea unui lucru) nu erau nişte simpli creştini, ci oameni a căror viaţă era centrată în jurul lui Hristos.

Aşa cum probabil aţi reţinut, eram în al doilea an de facultate când m-am apucat să scriu prima mea carte, *Dovezi care cer un verdict,* prin care urmăream să fac o glumă intelectuală pe seama creştinismului.

Mă gândeam: *orice prost poate să facă asta, iar eu îndeplinesc toate condiţiile.* Scopul meu era să le astup gura unor profesori care efectiv mă scoseseră din sărite tot vorbind despre Iisus. După doi ani de cercetări, pe care le-am făcut în Statele Unite şi în Europa, totul s-a întors împotriva mea. Din punct de vedere intelectual, am ajuns la concluzia că Iisus Hristos era într-adevăr cel care afirma că este. Iar astăzi sunt mai sigur decât oricând de asta.

Hristos a zis: „Iată, Eu stau la uşă şi bat. Dacă aude cineva glasul Meu şi deschide uşa, voi intra la el". Aşadar l-am invitat pe Hristos să intre în viaţa mea, iar după aceea, într-un interval de şase luni până la un an, El mi-a dăruit atâta bogăţie lăuntrică încât am simţit că pot să dau fără să cer ceva în schimb.

Vezi tu, aceasta este diferenţa esenţială dintre „te iubesc dacă" şi „te iubesc pentru că", pe de o parte, şi „te iubesc, nimic mai mult", pe de

alta. Dragostea este nerăbdătoare să dăruiască. Dorinţa este nerăbdătoare să primească. Motivul pentru care prefer să spun că această a treia categorie de dragoste este una care pune condiţii minime, mai degrabă decât că este necondiţionată, e faptul că fiecare dintre noi suntem constrânşi şi limitaţi de natura noastră, care se caracterizează prin egoism. Neascultarea de Dumnezeu s-a răsfrânt asupra puterii noastre de a iubi necondiţionat. Numai Dumnezeu, prin Iisus Hristos, a arătat o dragoste necondiţionată totală. Numai prin credinţa în Iisus Hristos putem dobândi iertarea şi avea o relaţie personală cu Tatăl nostru ceresc, deoarece Hristos a murit pe cruce pentru păcatele noastre. Fie că realizezi sau nu acest lucru, „dragostea, nimic mai mult" este foarte importantă pentru tine.

Visul care se poate împlini

Chiar dacă nu te bucuri, în momentul de faţă, de o astfel de dragoste, probabil că speri ca într-o zi să ai parte de ea. „Iubesc, nimic mai mult" se scrie pe litere astfel: D-Ă-R-U-I-E-S-C. Ceea ce înseamnă să te dăruieşti cu generozitate. Iar într-o relaţie de acest fel, frica, frustrarea, tensiunea, invidia sau gelozia nu-şi găsesc locul.

Ajuns aici, poate că te întrebi dacă această dragoste este aplicabilă sau chiar posibilă. În Anglia, o femeie mi-a spus: „Dacă l-aş iubi pe logodnicul meu exact aşa cum este el, indiferent de ce se întâmplă, i-ar păsa mai puţin de felul în care arată sau se comportă, iar relaţia noastră s-ar deteriora". I-am răspuns: „Aici greşeşti". Această a treia atitudine în dragoste este una creatoare, o dragoste ce provoacă schimbări în persoana care primeşte dragostea.

De-a lungul celor paisprezece ani de căsnicie, soţia mea mi-a atras atenţia asupra unor lucruri privitoare la mine care, o dată supuse schimbărilor, mi-au permis să fiu un om mai bun, un soţ şi un tată mai bun, un mesager mai bun al lui Iisus Hristos şi un mai bun prieten.
Dar în paisprezece ani de căsnicie, nu mi-a spus niciodată: „Dragule, trebuie să te schimbi!" M-a atenţionat asupra câte unui fapt în legătură cu mine, mi-a dat o explicaţie logică a acestuia, m-a încurajat să mă schimb şi a continuat să mă iubească. Ştiu că dacă nu m-aş schimba niciodată sub aspectul respectiv, acest lucru nu i-ar afecta capacitatea de a mă accepta. Ştii ce se întâmplă? E ceva extraordinar! în mine creşte dorinţa de a mă schimba – nu pentru că trebuie, ci pentru că vreau să mă schimb. Numai acest al treilea tip de dragoste provoacă

aceste schimbări creatoare.

Dă-mi voie să-ţi împărtăşesc, folosind cuvintele lui Dottie, motivul pentru care o dragoste care impune condiţii minime o face pe soţia mea să devină mai bună. „Am deplină încredere în faptul că Josh mă iubeşte şi mă acceptă exact aşa cum sunt, deşi mă încurajează să devin mai bună. Acest lucru îmi dă libertatea de a fi eu însămi şi de a încerca să devin şi mai bună, fiindcă nu mă simt încorsetată sau ţinută sub control.

Dragostea matură este caracterizată de o acceptare necondiţionată, sau, mai realist vorbind, însoţită de un minimum de condiţii. Nu numai că îl are în centru pe celălalt, dar, de asemenea, naşte în noi dorinţa de a-i accepta pe cei pe care-i iubim aşa cum sunt ei, şi nu pentru ceea ce ar putea să devină sau pentru felul în care se vor schimba în viitor. Mai simplu spus, dragostea matură presupune nici mai mult nici mai puţin decât să accepţi pe de-a-ntregul „lucrurile aşa cum sunt”.

Subiecte de meditaţie

— Care sunt câteva dintre problemele pe care le presupune dragostea de tipul „iubesc pentru că”?

— Explică ce este dragostea care pune condiţii minime.

— De ce ne motivează dragostea care pune condiţii minime să devenim mai buni?

ALTE RESURSE UTILE

Inrig, Gary. *Quality Friendship.* Chicago, 111.: Moddy Press, 1981.

ucuria de fi împreună

Unul dintre cele mai relevante teste la care este supusă dragostea e suferinţa pe care o simţim atunci când suntem despărţiţi de cel iubit sau bucuria care creşte în noi în prezenţa acestuia. Dragostea matură manifestă o bucurie imensă în prezenţa celuilalt şi tânjeşte după prezenţa celuilalt, atunci când suntem departe unul de altul.

Mă aflam la Institutul Politehnic din Virginia, într-o zi de marţi, când un tânăr a venit la mine să-mi ceară sfatul. Era un student care urma cursurile postuniversitare, iar logodnica lui făcea parte din colectivul unei alte universităţi. Mi-a mărturisit că urmau să se căsătorească sâmbăta următoare. Însă, a spus el: „Am contramandat nunta deja de două ori – o dată săptămâna trecută. Problema este că

nu ştiu cu adevărat dacă o iubesc”.

În ciuda neliniştii acestui tânăr, mi-am dat seama că nu este vorba de emoţiile de dinaintea căsătoriei. Am rămas surprins de faptul că nu a ajuns să ştie cu luni de zile înainte dacă o iubeşte sau nu.

Astfel că l-am întrebat: „Ai avut vreodată parte de un sfârşit prelungit de săptămână în care să uiţi de tine?” Nu a înţeles, aşa că i-am explicat.

„Ziua Recunoştinţei este un exemplu potrivit pentru un sfârşit prelungit de săptămână în care să uiţi de tine. Cu un astfel de prilej poţi să mergi la ea în vizită sau poate să vină ea în vizită la tine, pentru aproximativ patru zile – de miercuri până duminică. Îi spun sfârşit de săptămână în care uiţi de tine pentru că pierzi contactul cu ceea ce se întâmplă în lume”.

„Am avut o mulţime de astfel de sfârşituri de săptămână”, a spus.

„Bine”, am continuat eu, „acum, vreau să aflu care a fost atitudinea ta în aceste zile”.

Două scenarii

„Dă-mi voie să-ţi prezint două scenarii şi vom vedea care dintre ele ţi se potriveşte mai bine.

Primul este cel în care cu două sau trei săptămâni înainte de Ziua
Recunoştinţei începi să numeri zilele, orele şi chiar minutele până la momentul în care veţi putea fi împreună. Este miercuri seara şi ai terminat cu şcoala, sau ai scăpat de serviciu şi abia aştepţi să ajungi la ea! Sari în maşină şi demarezi în trombă. (Singura dată când am primit amendă pentru depăşirea vitezei regulamentare cred că a fost atunci când mă duceam la o întâlnire cu Dottie.)

Ajungi, în sfârşit, vă îmbrăţişaţi strâns şi te simţi în al nouălea cer!
Joi şi vineri trec repede, iar pe măsură ce ziua de sâmbătă se scurge nici nu vrei să te gândeşti la duminică, fiindcă ştii că vine momentul să pleci. Încerci să-ţi scoţi asta din minte. Sâmbătă seara nu-ţi vine să mergi la culcare, deoarece ştii că în dimineaţa următoare, când te vei trezi, veţi mai avea doar câteva ore de stat împreună. Duminică, te agăţi realmente de fiecare clipă, dar timpul zboară. Iar când îţi iei la revedere, simţi că laşi în urmă o parte din tine.

Îţi sună cunoscut? Ori ţi se potriveşte mai bine cel de al doilea scenariu?

Ajungi miercuri seara şi totul este excelent. Zilele de joi şi vineri sunt nemaipomenite. Te simţi minunat. Pe măsură ce sâmbătă se scurge, de-abia aştepţi să vină duminica, fiindcă simţi că ai nevoie de o pauză.
Duminică nu prea te supără faptul că trebuie să pleci – e timpul pentru un moment de respiro".

Apoi l-am întrebat pe student: „Eşti nerăbdător să ai parte de aceste momente de respiro? Simţi nevoia să evadezi?"

Mi-a răspuns: „Multă vreme, mi s-a potrivit primul scenariu. Dar trebuie să recunosc că în ultimele şase, chiar nouă luni, am aşteptat cu nerăbdare aceste momente de respiro".

„În acest caz", l-am sfătuit eu, „nu te căsători. Nu te căsători cu cineva cu care poţi trăi. Căsătoreşte-te cu o persoană fără de care nu poţi trăi. Este o mare diferenţă".

Două doruri diferite

Dragostea matură înseamnă bucuria de a fi împreună, iar această bucurie nu scade după trecerea câtorva zile. De fapt, aceasta creşte atât de mult încât vrei să-ţi scoţi din minte ziua în care trebuie să vă despărţiţi. Nu te căsători decât dacă, având toate motivele întemeiate, nu vrei ca duminica să mai vină.

Aceasta este una dintre diferenţele majore între relaţia pe care o am cu Dottie şi cea pe care am avut-o cu Paula. Paula şi cu mine credeam că suntem îndrăgostiţi, iar sfârşiturile de săptămână petrecute împreună erau agreabile, dar nu eram trist când venea duminica. Eram nerăbdător să iau o pauză.

În perioada în care îi făceam curte lui Dottie, era altceva. Când se făcea joi, nu-mi venea să mă gândesc la vineri. Vineri îmi doream ca sâmbătă să nu mai vină, pentru că mai era o zi până trebuia să plec.
Sâmbăta căutam toate motivele posibile pentru a mai rămâne. Duminica, nici nu puneam ceasul să sune, gândindu-mă că, dacă nu mă trezeam, nu mai trebuia să plec.

Îmi aduc aminte de primul nostru „sfârşit de săptămână în care am uitat de mine", petrecut la un prieten din Houston. Duminică, ea trebuia să ia un avion Braniff spre Austin, iar eu trebuia particip la o conferinţă în Chicago. În timp ce o conduceam la aeroport, m-am rugat ca acel
Braniff să întârzie. Pe hol am sărutat-o de despărţire şi, în timp ce se îndepărta pe coridor, dispărând în avion, am făcut toate eforturile să

nu alerg după ea şi să-i spun: „Nu pleca!”

Tot timpul cât am fost împreună, bucuria de a fi unul lângă altul a crescut neîncetat, şi chiar şi azi când suntem departe unul de celălalt, dorul de a fi împreună este prezent. Prin harul lui Dumnezeu, am putut să stau fără Dottie, dar, ca să fiu sincer, nu mi-aş fi dorit acest lucru. Eu cred că este un semn al iubirii mature.

Walter Trobisch, în cartea sa plină de sensibilitate, / *Loved a Girl,* spune că eşti îndrăgostit „dacă nu îţi poţi imagina o viaţă trăită fără ea;
dacă suferi când eşti departe de ea; dacă se află în gândul tău şi o visezi mereu; dacă fericirea ei înseamnă pentru tine mai mult decât fericirea ta”.97

Consilierul pe probleme de căsnicie şi de familie Dr. Henry Brandt scrie că dragostea este matură atunci când membrii unui cuplu „sunt mai bucuroşi să stea unul în compania celuilalt decât cu altcineva, deşi celelalte persoane nu sunt excluse din viaţa lor. Ei descoperă că se simt bine făcând împreună un lucru pe care niciunul dintre ei nu l-ar face cu plăcere separat. Când lipsesc unul de lângă altul, fiecare este prezent în gândurile celuilalt”.98 Vechea zicală: „Absenţa face ca în inimă să crească dragostea” exprimă ideea de dragoste matură mai bine decât şi-ar putea închipui majoritatea oamenilor.

Din ce în ce mai puternic

Activitatea mea de propovăduire mă poartă pe drumuri, ocupându-mi
50 % din timp. Deşi familia mă însoţeşte uneori, sunt departe de Dottie şi de copii cel puţin douăsprezece zile pe lună. S-ar putea crede că e mai uşor acum, după cincisprezece ani, însă e mai greu. Unii bărbaţi vin la mine, după un sfârşit de săptămână petrecut departe de soţiile lor, şi îmi spun: „A fost greu. Nu ştiu tu cum reuşeşti. Nu aş putea niciodată să stau departe de soţia mea şi de copii pentru o perioadă mai îndelungată”. Şi adaugă: „Dar probabil că tu te-ai obişnuit”. Acest lucru are menirea de a mă scoate din sărite – niciodată nu am reuşit să mă obişnuiesc. Şi nici nu vreau. Când o dragoste este matură şi profundă, încerci cu disperare să transformi o călătorie de zece zile într-una de nouă zile, te străduieşti întotdeauna să fiţi împreună.

Dottie se confruntă des cu perioade în care sunt plecat departe.
Oameni bine intenţionaţi şi plini de atenţie îşi manifestă înţelegerea şi

sprijinul, exprimându-şi speranţa că în viitor voi sta mai mult pe acasă. Dottie răspunde, spunându-le ceea ce simte: „Nu-mi place niciodată să-l văd plecând în deplasare, dar mă implic, la rândul meu, trup şi suflet în activitatea lui. Pe de o parte, mă întristez de fiecare dată când pleacă, fiindcă mi-e dor de el. Este un gol pe care nimic altceva nu-l poate umple. Dar, întrucât suntem de acord cu tot ceea de face, este şi opţiunea noastră. Alegerile nu sunt întotdeauna uşoare, dar sunt necesare. Cred în această alegere atât de mult încât îl las să facă ceea ce trebuie – ceea ce Dumnezeu îi cere să facă – iar eu fac ceea ce Dumnezeu îmi cere să fac.

Nu înseamnă că îmi place când se îndreaptă spre uşă să plece. Sunt genul de persoană care ar putea deveni foarte uşor dependentă de el.

Mă văd nevoită să fiu întrucâtva independentă şi să iau decizii de una singură, ceea ce este foarte bine pentru mine. Însă nu este uşor, iar a sta departe unul de altul nu e un lucru cu care să mă pot obişnui vreodată.

Sunt mândră de ceea ce face şi de ceea ce facem împreună, chiar dacă asta presupune mici inconveniente pentru amândoi. Este o bucurie să fiu lângă el şi tot o bucurie este să nu fiu lângă el, pentru că ştiu că tot ceea ce face este din voinţa lui Dumnezeu şi că îşi pune în valoare incredibilul dar cu care l-a înzestrat Dumnezeu”.

În dragostea matură poţi alege să fii departe, chiar dacă nu e uşor.

Subiecte de meditaţie

— Dacă eşti implicat într-o relaţie serioasă, eşti dispus să aplici testul „Sfârşitului prelungit de săptămână în care uiţi de tine”?

— Este, în cazul tău, absenţa de natură să nască o iubire cu atât mai adâncă?

fi realist

Oricât de adevărată ar fi vorba că în Rai a fost creată căsnicia, ea se consumă aici pe pământ, printre oameni imperfecţi. Când este matură, dragostea ţine cont de acest lucru şi este realistă în aşteptările ei. Dacă iubirea ta pentru cineva este matură, îl vei iubi şi îl vei accepta exact aşa cum este – cu lipsurile şi cu toate ale lui – şi nu pentru ceea ce speri că el va deveni.

Acest gen de iubire matură, însă, întâmpină întotdeauna o serie de obstacole în încercarea de a privi cu un ochi realist un om sau o relaţie.

Visurile idealiste despre căsnicie şi despre partenerul nostru reprezintă primul obstacol pe care-l întâlnim de obicei.

„Cea mai periculoasă persoană cu care te poţi căsători”, scrie Evelyn
Duvall, „este tocmai idealul tău – periculoasă fiindcă este posibil să nu sesizezi prezenţa unor defecte fundamentale sau absenţa unor trăsături de caracter esenţiale”.99

Cineva spunea că în căsnicie necazurile se împart la doi, bucuria este dublă şi cheltuielile se pot foarte uşor tripla. În entuziasmul său pentru căsătorie, însă, bărbatul care crede că a întâlnit persoana ideală va găsi cu uşurinţă justificări pentru defectele acesteia. O femeie care intră într-o relaţie purtând ochelari cu lentile de culoare roz va avea o imagine deformată a bărbatului cu care se mărită. Aceasta este întotdeauna o barieră în calea dobândirii unei iubiri adevărate şi mature.

Autorul Charles Swindoll atinge problema realismului în cadrul relaţiilor, observând că: „Nu există niciunde un cămin complet lipsit de conflicte. Ultimul cuplu care a trăit „fericit până la adânci bătrâneţi”.
a fost alcătuit din Cosânzeana şi Făt-Frumos. Chiar dacă îi eşti devotat tovarăşului tău de viaţă, tot vor exista momente de tensiune, cu lacrimi, conflicte, neînţelegeri şi nervozitate. Devotamentul nu te absolvă de faptul că eşti om! E o veste neplăcută, dar e conformă realităţii”.100

Când cineva se îndrăgosteşte de o fantasmă sau de o imagine idealizată, se ajunge de obicei la unul din următoarele două rezultate: ori partenerul este respins din cauză că nu se ridică la înălţimea imaginii, ori se depune un efort susţinut pentru a-l transforma conform acelei imagini.

Sentimente ameţitoare

Dorinţa de a avea un sentiment şi o pasiune constante este un al doilea obstacol în calea dragostei mature. Dragostea matură nu se reduce la prezenţa unui sentiment puternic. Este un angajament, o promisiune, o garanţie. Sentimentele apar şi dispar, însă dragostea rămâne statornică. Nu te lăsa pradă confuziei dacă nu eşti întotdeauna beat de emoţiile iubirii şi nu renunţa la o relaţie din primul moment,

chiar dacă ai impresia că sentimentele se răcesc. Iubirea realistă este pregătită pentru astfel de momente şi se foloseşte de ele pentru a consolida, şi nu pentru a slăbi relaţia.

Partenerul meu de viaţă îmi va satisface mereu toate nevoile este a treia barieră ridicată în faţa simţului realităţii în dragoste. Această eroare care se perpetuează a prins pe picior greşit multe cupluri.
Numeroşi oameni caută acea persoană care îi poate înţelege pe deplin şi le poate oferi tot ceea ce simt că le lipseşte.

Ceea ce se întâmplă deseori în astfel de cazuri este că un bărbat întâlneşte o femeie care îi satisface câteva dintre cele mai acute nevoi, pe care apoi le amplifică în mintea sa, extinzându-le asupra *tuturor* nevoilor. El crede că a întâlnit-o pe „cea căutată", care îi împlineşte toate dorinţele, când, de fapt, a întâlnit pe cineva prin care îşi găseşte împlinirea în câteva domenii cheie ale vieţii sale. În realitate, scapă din vedere nevoile care nu au fost satisfăcute. Şi ceea ce, de fapt, îi spune ei, prin această atitudine, este: „Te iubesc *numai* pentru că te ocupi de nevoile mele şi fiindcă îmi confirmi aşteptările".

Un scriitor a pus problema în felul următor: „Este, probabil, imposibil pentru oricare pereche să-şi satisfacă unul altuia în totalitate nevoile.
Dacă un cuplu şi-ar putea satisface reciproc chiar şi 80% din nevoile fiecăruia, ar fi un mic miracol. Speranţa unei satisfaceri depline a nevoilor într-o căsnicie distruge relaţiile conjugale".101

Detalii... detalii

Am cunoscut în căsnicia mea multe situaţii în care nu am ieşit în întâmpinarea nevoilor sau sentimentelor lui Dottie. Aşa cum spuneam mai devreme, ea se aştepta să fiu interesat de detaliile mai subtile ale relatării ei, când, de fapt, detaliile nu erau întotdeauna pe placul meu. După cum explică ea: „M-a deranjat mai mult la începutul căsniciei, dar am ajuns să-mi dau seama că nu pot să-i cer să fie altcineva decât este el. Nu poate să-mi satisfacă în totalitate fiecare nevoie în parte. Dacă ar putea, ar fi
Dumnezeu. El este conştient, la rândul lui, că nici eu nu pot să-i satisfac toate dorinţele, până la ultima, dar fac tot ce îmi stă în putinţă.

Dacă aş fi crezut că Josh nu mă ascultă, aş fi avut impresia că nu face efortul de a mă înţelege. Când nu se agaţă de fiecare cuvânt din ceea ce spun, am de ales între a mă simţi jignită sau a înţelege că acestea sunt temperamentul şi personalitatea lui.

Eu sunt genul de persoană care ascultă fiecare amănunt al unei istorisiri. El este genul de persoană a cărui minte se cuplează la alte lucruri atunci când intervin prea multe detalii, întrucât nu le consideră, efectiv, necesare. Înţelegând cine este el şi din ce aluat este făcut, pot să fiu realistă în relaţia noastră. Mi-ar plăcea să soarbă fiecare detaliu, dar nu e stilul lui şi nu pot cere de la el mai mult decât poate să dea”.

Psihologul Dr. Larry Crabb explică de ce nu putem satisface toate nevoile partenerului nostru de viaţă:

Cea mai îngăduitoare soţie din lume nu poate satisface nevoia soţului ei pentru chestiunile relevante. Fiindcă este o păcătoasă, soţia mea nu mă va sluji întotdeauna aşa cum ar trebui; chiar dacă ar face-o, nu are puterea să mă facă vrednic de sarcina veşnic importantă pe care am primit-o – ceea ce îmi este de ajuns.

Cel mai iubitor soţ din lume nu va putea niciodată să satisfacă nevoia de securitate a soţiei lui. Pata egocentrismului estompează orice motivaţie prezentă în noi înşine. Suntem cu totul incapabili să le oferim soţiilor noastre acceptarea necondiţionată şi plină de generozitate, de care au ele nevoie.102

Un soţ sau o soţie poate satisface anumite dorinţe, dar sunt alte dorinţe pe care numai Dumnezeu le poate împlini. Silindu-l pe partenerul de viaţă să joace rolul celui care satisface toate nevoile dă naştere la conflicte şi distruge o relaţie. În calitate de creştini, ştim că trăim deplin întru Hristos şi că nu există în viaţa noastră lucru pe care El să nu îl poată rezolva, şi cu toate acestea, atât de des pretindem de la partenerii noştri să joace rolul lui Dumnezeu în raport cu noi. Trebuie să conştientizăm faptul că neputinţa tovarăşilor noştri de viaţă de a ne satisface în totalitate este un dar de la Dumnezeu – ne ţine cu ochii îndreptaţi spre El.

Promisiuni… promisiuni

Promisiunile de schimbare care sunt de obicei asociate cu un eveniment sau cu o anume perioadă reprezintă o altă barieră în calea

Obţii mai mult din ceea ce este evident

Asigură-te că iubeşti un om pentru ceea ce este el, şi nu pentru ceea ce îţi imaginezi sau îţi doreşti ca acesta să devină. Am pierdut şirul persoanelor pe care le-am consiliat şi care au crezut că vor putea schimba pe cineva o dată ce vor fi căsătoriţi. Afirmaţia cheie pe care trebuie să o reţii este: *Așa cum ești când trăiești singur, la ţel vei ţi și ca persoană căsătorită, doar că într-o măsură mai accentuată.* Orice

trăsătură de caracter negativă se va accentua într-o relaţie conjugală, fiindcă vei simţi că poţi să laşi garda jos – acel om a făcut un legământ faţă de tine şi nu mai trebuie să-ţi faci griji că-l vei speria.

Viaţa unui cuplu care se ceartă frecvent sau care este incapabil să îşi rezolve neînţelegerile nu va fi cu nimic mai bună după căsătorie.

perceperii în mod realist a unei persoane sau a unei relaţii. Câţi oameni nu spun: „Nu-ţi face griji, iubito, când o să fim căsătoriţi nu voi mai bea”, sau: „Crede-mă, o dată ce ne vom căsători, nu voi mai călca strâmb”?

Acum, vreau să ţii minte ceea ce-ţi spun. Nimic în astfel de persoane sau caractere nu este demn de încredere. Promisiunile vor merge la nesfârşit. „O dată ce vom avea primul copil, voi înceta să mai beau…

O dată ce voi fi promovat… O dată ce vom avea casa noastră…”, şi aşa mai departe.

Nu îţi întemeia relaţia pe promisiuni. Apucă pe drumul cel bun încă de la început. Relaţia este acum lucrul important.

Dacă vrei ca partenerul tău de viaţă să creadă despre tine că eşti cu adevărat o persoană demnă de încredere, atunci trebuie să fii demn de încredere chiar din acest moment. Dacă vrei ca tovarăşul tău de viaţă să te considere un bărbat sau o femeie a lui Dumnezeu, atunci trebuie să fii astfel începând chiar de acum. Dacă nimic din viaţa ta de până acum nu te-a determinat să te laşi de băut, ce te face să crezi că pe viitor o oarecare întâmplare miraculoasă o va face? Atunci când o relaţie se întemeiază pe promisiuni, realismul dispare.

Dorinţa de a-l schimba pe celălalt este al cincilea obstacol în faţa unei aprecieri realiste a celui iubit – „Voi pune capăt acestui lucru o dată ce ne vom căsători!” Este o problemă similară cu cea a promisiunilor, doar că în acest caz unul dintre parteneri îşi ia asupra sa sarcina de a-l modela pe celălalt. „Are doar nevoie de puţin timp. Pot să-l schimb îndată ce ne vom linişti”. Bunul simţ elementar spune că timpul pentru a se linişti şi a se schimba trebuie să îi fie acordat înainte de a rosti

Da.

„Nu poţi transforma pe cineva”, avertizează Dr. Herman Weiss. „Nu vei putea să-l faci mai romantic, mai vesel, mai comunicativ, mai puţin dependent de jocuri de noroc / băutură / ţigări sau măcar să-l vindeci de alergia pe care i-o provoacă pisica ta. Nu îţi poţi permite să-i

devii mamă, profesoară sau psihiatru. Uită-te bine înainte de a te arunca într-o relaţie”.103

O femeie se poate îndrăgosti de un bărbat fiindcă vrea să creadă că acesta întruchipează tot ceea ce el spune despre sine. Problema este că mulţi bărbaţi vorbesc despre o bătaie bună, însă o dată aflaţi în ring, nu sunt în stare să dea niciun pumn. Dragostea matură nu se laudă şi nu crede în cuvinte mari. Dacă iubirea ta este matură, nu te vei păcăli singur în legătură cu ceea ce însemnaţi unul pentru celălalt.

Dottie ştia ce o aşteaptă când s-a măritat cu mine. Ştia că Dumnezeu mi-a adresat chemarea de a-l sluji ca vorbitor şi nu şi-a făcut iluzii în privinţa stilului de viaţă care o aştepta. A spus: „Când m-am încredinţat lui Josh, m-am dăruit lui ca persoană deplină, asumându-mi în totalitate statutul lui de vorbitor. Aceasta atrage după sine faptul că este foarte mult pe drumuri, ceea ce înseamnă că nu putem fi tot timpul împreună.

Când ne-am gândit să ne căsătorim, am fost pusă faţă în faţă cu această problemă a călătoriilor. A trebuit să mă confrunt cu ea şi să-i găsesc o rezolvare înainte de a putea lua o decizie înţeleaptă în ce priveşte căsătoria.

Oamenii vor spune: O, nu e păcat că sunteţi departe unul de altul atât de mult timp? Nu ţi-ai dori ca el să nu fi fost nevoit să călătorească?”

Uneori mă revolt împotriva unor astfel de afirmaţii, întrucât ştiu că Josh nu mă abandonează. Nimeni nu ştie ce l-a determinat să ia hotărârea de a călători – nu este o hotărâre luată la repezeală. Am făcut împreună această alegere.

Sunt de părere că, acum, fac mai bine faţă călătoriilor lui, fiindcă Dumnezeu m-a pregătit dinainte. Eram necăsătorită şi făceam parte dintre colaboratorii Cruciadei pentru Hristos la Universitatea Texas, când l-am auzit prima dată pe Josh vorbind. Nu îl mai auzisem niciodată, m-a influenţat profund ceea ce a spus şi am prins obiceiul de a-l cita:

Acest orator celebru spune… (Una din vorbele pe care le citam de la el era: Pacea nu înseamnă absenţa conflictului, ci capacitatea de a te confrunta cu el. Am folosit-o foarte mult.)

Am fost foarte impresionată de mesajul lui şi de impactul pe care

I-a avut în campusul nostru, deşi nici nu-mi trecea prin cap că mă voi

mărita cu el, iar el nici nu ştia că eu exist.

Mai târziu, pe vremea când încă îmi făcea curte, am avut minunata ocazie de a călători cu el la Universitatea din Tennessee. Am putut să văd din altă perspectivă activitatea lui de propovăduire şi felul în care influenţează vieţile studenţilor şi ale cadrelor facultăţii. Aşadar, am aflat cum e să fii într-un campus atunci când vine el, dar şi cum e să fii lângă el când merge într-un campus. Am văzut incredibila muncă pe care o depune în turneele sale de prelegeri – pregătirea, lucrul individual, orele târzii, oboseala, programul încărcat, dormitul în alt pat în fiecare noapte şi aşa mai departe. Toate acestea mi-au oferit o înţelegere fidelă a activităţii sale înainte de a ne căsători.

Îl susţin pe Josh 100%, fiindcă simt că Dumnezeu l-a înzestrat în mod deosebit pentru a împărtăşi oamenilor din întreaga lume calea prin care îl pot cunoaşte personal pe Hristos şi să meargă pe calea Lui în viaţa de zi cu zi.

Mărturisesc aceste lucruri pentru a arăta că, atunci când e vorba de aspectul legat de călătoriile lui Josh, eu îl privesc din toate punctele de vedere, astfel încât pot să îl înţeleg în mod realist. A fost nevoie să evaluez această situaţie în lumina dragostei ce i-o port, a ceea ce el face şi a ceea ce Dumnezeu îmi cere să fac.

De când am rezolvat această problemă şi am preîntâmpinat-o încă de la începutul relaţiei noastre, nu a devenit un aspect dureros în căsnicia noastră. De fapt, a devenit o binecuvântare, fiindcă lucrăm împreună la alcătuirea programului şi suntem martori ai lucrării lui Dumnezeu.

Dragostea nu este oarbă

Una dintre cele mai subtile bariere în calea aprecierii realiste a unei relaţii este mult vehiculatul clişeu: „Dragostea este oarbă". Această atitudine reiese din afirmaţii de genul: „Uite ce e, o iubeşti, nu? Atunci nu-ţi bate capul cu lucrurile astea", sau: „Dă-i drumul, căsătoreşte-te;
totul va ieşi bine. Întotdeauna e aşa!" Statisticile privitoare la divorţ arată că în mai mult de jumătate dintre cazuri nu iese bine, iar această neglijenţă faţă de potenţialele surse de conflict invită la dezastru.

Unii vor glumi spunând că o căsnicie este un „salt în noapte la lumina lunii". Alţii afirmă că există „dragoste la prima vedere". Permite-mi să-ţi dau un sfat: uită-te de două ori înainte să sari. De multe ori cel îndrăgostit este atât de prins în mrejele visurilor şi ale

idealurilor sale, încât persoana pe care o iubeşte nu este reală, ci doar un amalgam al dorinţelor îndrăgostitului. Dragostea oarbă poate să ignore pentru o vreme lipsurile celuilalt, însă nu pentru totdeauna.

Dacă iubirea ta este oarbă, mai devreme sau mai târziu ai să te poticneşti. Dacă iubeşti o persoană în deplinătatea ei, nu te poţi iluziona singur în legătură cu ea. Dragostea matură caută să cunoască şi se confruntă cu toate laturile unei persoane, atât cele pozitive, cât şi cele negative, şi presupune conştiinţa raţională a faptului că poţi iubi această persoană la bine şi la rău.

E adevărat, sunt lumânările şi săruturile, dar sunt, la fel de bine, şi rufele şi cumpărăturile alimentare şi singura baie pe care doi oameni trebuie să o folosească dimineaţa. Sunt plimbările lungi, romantice şi părul pe care-l mângâi, trecându-ţi degetele prin el, dar mai sunt şi ridurile şi coşurile. Dragostea este oarbă atunci când privim pe cineva şi îl acceptăm sub orice alt motiv în afară de calitatea sa de om în tot ceea ce îi este specific.

O femeie a spus că a accepta la modul realist un bărbat înseamnă „să-l
Iubeşti astăzi pentru ceea este el, nu pentru ceea ce ai vrea să devină mâine, sub imboldurile tale”. Ceea ce nu înseamnă, bineînţeles, că rămâne oarbă la defectele soţului ei; ci doar că se adaptează la ele. „Ca să fiu sinceră, nu aş schimba nimic la el”, scria ea. „*Aş vrea* să-i ofer darul diplomaţiei, dacă aş putea. Este un tip atât de bătăios, încât nu cred că s-ar descurca în politică. Este prea franc: Ce-i în guşă, şi-n căpuşă”.104

Căsătoria presupune doi oameni imperfecţi care se unesc într-o relaţie.
Dragostea matură este angajamentul necondiţionat pe care ţi-l iei faţă de o persoană imperfectă.

Exagerări fatale în *American Ways of Love,* Frank Cox scrie:

Ne proiectăm, adesea, propriile convingeri asupra celuilalt, amplificând acele caracteristici care se potrivesc calităţilor pe care le căutăm şi mascându-le pe cele care nu se potrivesc.
Asta este, îl transformăm pe celălalt într-un erou ireal, sau într-o eroină ireală, pentru a intra în tiparul conceptului nostru personal despre partenerul romantic conjugal. În esenţă, de multe ori ne

îndrăgostim de idealul romantic mai degrabă decât de o ființă umană reală.

Cei care „se îndrăgostesc” în acest fel vor suferi dezamăgiri când partenerul ales de ei va lăsa ca persoana lui reală să iasă la lumină. În loc să întâmpine cu bucurie şi entuziasm persoana care iese la lumină, cei care au aceste idealuri romanţioase s-ar putea să respingă realitatea în favoarea imaginii lor stereotipe.

Probabil că vor porni din nou în căutarea obiectului adecvat al iubirii lor, refuzându-l pe partenerul real, ca nedemn sau schimbat.105

Măsuri realiste

Deşi obstacolele care stau în calea evaluării realiste a unei relaţii sunt mari, ele pot fi depăşite. Luând anumite măsuri pozitive, poţi determina mai bine stadiul în care se află o relaţie şi cât de bine îl înţelegi pe celălalt.

O măsură este aceea de a-ţi pune câteva întrebări dure, fără ocolişuri:

De ce vreau să mă căsătoresc cu el /ea? Pentru bani, securitate, statut social, sau alte asemenea motive? Este un mod de a evada? Prin asta cred eu că îmi voi rezolva problemele? Cum m-aş simţi lângă această persoană dacă s-ar întâmpla ceva şi el/ea n-ar mai fi bogat (a) sau nu ar mai arăta bine?

Comunicaţi între voi? Vă stimulaţi gândirea unul altuia? Sau unul dintre voi îl găseşte pe celălalt plictisitor? Aveţi în general aceleaşi scopuri şi interese? Sunteţi pe aceeaşi lungime de undă în ce priveşte calea spirituală? îi agreaţi fiecare pe prietenii celuilalt? (Un lucru care spune multe.) Cât de bine se potrivesc concepţiile voastre despre copii, finanţe, rude?

Care sunt defectele şi slăbiciunile lui/ei? Dar ale tale? Ce nu îţi place la el/ea? De ce? Ce crezi că lui/ei nu îi place la tine? Şi de ce?

Gândul că vei petrece tot restul vieţii alături de această persoană ar fi bine să-l întâmpini cu un zâmbet larg pe faţă. Dacă nu eşti pregătit să îl primeşti pe celălalt aşa cum este ea sau el, atunci te rog să-ţi reconsideri poziţia. Trebuie să îl poţi accepta pe celălalt ca om real, cu toate neajunsurile lui, şi să fii în stare să te confrunţi cu diferenţele dintre voi într-o manieră care să fie pe placul lui Dumnezeu şi acceptabilă.

Dragostea matură şi realistă aduce cu ea conştiinţa faptului că partenerii dintr-o relaţie au perspective diferite în multe domenii şi

face ca o persoană să fie iubită pentru ceea ce este ea, nu pentru ceea ce are de oferit.

Aflaţi care vă sunt aşteptările

O altă măsură pozitivă este să vorbiţi despre ceea ce aşteptaţi unul de la altul şi de la căsnicie. Faptul vă va feri de urmările dezastruoase ale implicării într-o căsătorie cu speranţe nerealiste şi cu o imagine deformată a celuilalt. Aflaţi cât mai multe lucruri despre celălalt, pentru a oferi relaţiei voastre cea mai durabilă temelie posibilă.

Consilierul marital şi scriitorul Dr. H. Norman Wright vorbeşte despre importanţa transparenţei atunci când sunt puse în discuţie aşteptările pe care le implică o căsnicie:

A FI REALIST

Atunci când se căsătoreşte, fiecare om are o serie de aşteptări declarate, dar şi tăinuite, privitor la căsnicie şi la comportamentul şi realizările partenerului său. Pe măsură ce căsătoria evoluează, unele sunt aduse la suprafaţă, în timp ce altele rămân ascunse. Când aceste aşteptări sunt aduse toate la lumină, analizate, chestionate şi discutate, căsnicia se va bucura de o armonie sporită. „El este ca un pom sădit [şi îngrijit] lângă pâraie de apă, care îşi dă rodul la vremea lui şi ale cărui frunze nu se veştejesc; tot ce începe, duce la bun sfârşit [şi ajunge să dea roade]” (Psalmul 1: 3).106

A da glas speranţelor şi aşteptărilor este o practică foarte sănătoasă într-o relaţie, pentru că îi permite fiecărui partener să îşi cunoască valoarea reală în lumina dorinţelor celuilalt şi să afle dacă poate să îi satisfacă nevoile. A vorbi deschis, de asemenea, face ca posibilele zone de conflict să iasă la suprafaţă cu mult înainte ca situaţiile conflictuale concrete să apară, şi oferă fiecăruia posibilitatea de a fi mai bine pregătit în încercarea de a înţelege punctul de vedere al celuilalt în cadrul conflictului. În acelaşi timp, cuplul va descoperi domenii în care sunt compatibili şi au pasiuni comune şi despre care nu mai discutaseră niciodată până atunci.

O femeie descrie cum, împărtăşindu-şi aşteptările cu viitorul ei soţ, au putut să clarifice unele aspecte care constituiau surse de neînţelegeri.

„Cele mai multe eforturi de adaptare se referă la modalitatea prin care putem să comunicăm şi să ne înţelegem unul pe altul cel mai bine, pentru că de fiecare dată când două persoane doresc să se

căsătorească, există sexe diferite (bineînţeles), familii diferite, educaţii diferite, medii culturale diferite şi aşa mai departe. Trebuie, dintr-odată, să le pui pe toate acestea la un loc, şi descoperi că aveţi opinii diferite despre o mulţime de lucruri. Şi, dintr-un motiv sau altul, cred că nu mă aşteptam să existe între noi această diferenţă de opinii.

Într-un fel, am crezut că o dată ce vom fi căsătoriţi vom fi cuprinşi de o vrajă care va face să fim întotdeauna de acord. Prin faptul că am vorbit dinainte despre aşteptările noastre am aflat multe lucruri. Atunci mi-am dat seama pentru prima dată că nu vom fi întotdeauna de acord, dar cred că ceea ce m-a frapat cel mai tare a fost cât de diferite erau de fapt aşteptările noastre. Acesta este un lucru de ştiut".

Un sfat dificil

Brad şi Margy formează un cuplu la fel ca multe altele care au venit la mine pentru consiliere, luptându-se cu neînţelegerile şi frământările de dinainte de căsătorie. Le-am spus: „Nu ştiu sigur dacă ar trebui să vă căsătoriţi. Este o decizie pe care voi doi trebuie să o luaţi. Dar permiteţi-mi să vă sfătuiesc ca, pe măsură ce evaluaţi relaţia şi dragostea pe care v-o purtaţi unul altuia, să confruntaţi deschis şi sincer toate îndoielile şi temerile pe care le aveţi în aceste privinţe. Fiţi conştienţi de faptul că îndoielile s-ar putea să nu aibă o bază reală, dar nu le ignoraţi.

Confruntându-vă cu astfel de sentimente incomode, ori vă veţi consolida relaţia, ori veţi descoperi că nu vă potriviţi.

În al doilea rând, vreau să subliniez ce valoare are căsătoria atunci când ai găsit persoana potrivită! Căsnicia este o binecuvântare minunată, însă e prea importantă pentru a intra în ea cu îndoieli. Este firesc să aveţi unele temeri atunci când e vorba să vă luaţi un angajament de o viaţă în cadrul unei căsnicii, dar dacă ceea ce simţiţi depăşeşte neliniştile specific premaritale, nu vă căsătoriţi chiar acum – mai aşteptaţi.

Cel mai grav lucru pe care îl puteţi face este să ignoraţi acele sentimente de incertitudine şi să pretindeţi că ele nu există. Am văzut prea mulţi oameni care au suferit din cauză că s-au grăbit să se căsătorească fără să îşi elucideze îndoielile. Am văzut, de asemenea, cum Dumnezeu a salvat căsnicii care păreau iremediabil năruite. Problema este că majoritatea oamenilor nu sunt dispuşi să renunţe la propriile nevoi pentru a-l lăsa pe El să lucreze în vieţile lor.

Îi mulţumesc lui Dumnezeu pentru Dottie şi pentru relaţia pe

care o avem, însă ştiu că pentru doi oameni care nu sunt potriviţi unul pentru celălalt, căsnicia poate fi o tragedie”.

Nu te ascunde în spatele laturii spirituale

Dragostea matură este vigilentă şi realistă. Din păcate, multe cupluri încearcă să-şi spiritualizeze în exces relaţia, cu scopul de a-şi masca îndoielile. A pune accentul pe latura spirituală a relaţiei în încercarea de a ignora dificultăţile de zi cu zi este o formă de eschivare.

Înainte de a te apropia plin de aşteptări de viitorul tău partener, trebuie să ştii care sunt aceste aşteptări ale tale. Cel mai bun mod de a-ţi clarifica gândurile este să scrii. Notează pe hârtie ce aştepţi de la tine, de la căsnicie, de la tovarăşul de viaţă, de la viitor şi tot ceea ce îţi vine în minte. Când fiecare dintre voi aţi făcut asta, puteţi să fiţi împreună în contextul unei atitudini de anticipare şi curiozitate. Este un bun prilej de a afla ce vrea cu adevărat acea persoană de la viaţă şi în ce măsură aveţi să urmaţi sau nu acelaşi drum. Cu cât îl priveşti mai realist pe celălalt acum, cu atât mai solidă va fi temelia unei eventuale căsătorii între voi.

Subiecte de meditaţie

— Care sunt obstacolele în calea dragostei realiste?

— Care dintre acestea se regăsesc în viaţa ta?

— Ce întrebări trebuie să-ţi pui, fără menajamente, în legătură cu aşteptările pe care le ai?

ALTE SURSE UTILE

McDowell, Josh. *Evidence for Joy.* Waco, Tex.: Word Books, 1984.

O atitudine protectoare

Rămân surprins de fiecare dată când aud cum vorbesc oamenii în public despre partenerul lor. Ajung astfel să mă întreb ce îşi spun unul altuia în intimitate. Un bărbat mi-a spus odată, de faţă cu soţia sa: „Să ştii, puţini oameni gătesc cum găteşte soţia mea, doar în armată se mai mănâncă aşa”. Şi probabil că ai fi tresărit şi tu, cum am făcut eu cu ocazia unei cine la care mâncarea nu ieşise bine, auzind reacţia: „O, nu vei ajunge niciodată o a doua Betty Crocker”.

Când iubeşti cu adevărat nu faci astfel de remarci. Dragostea matură se manifestă printr-o atitudine protectoare. Iar atunci când intervin comentarii răutăcioase, dragostea matură le va întâmpina cu regrete şi va căuta iertarea.

Dacă dragostea ta este matură, te vei gândi mai întâi la celălalt şi vei căuta să-l protejezi, atât în public, cât şi în intimitate. Când

fericirea, securitatea şi dezvoltarea celeilalte persoane au devenit mai importante decât ale tale, dorinţa ta va fi să o aperi de orice o poate vătăma.

O femeie mi-a povestit cum soţul ei începuse să o pună într-o lumină defavorabilă în public.

„Te tachinez doar”, i-a spus el. „Nu înţelegi?”

„Am fost şocată, jignită şi umilită”, s-a destăinuit ea.

În ce mă priveşte, dacă ai de gând să formulezi critici răuvoitoare la adresa mea, în niciun caz să nu o faci de faţă cu soţia mea. Mă iubeşte şi adoptă o atitudine foarte protectoare. Te va pune la punct.

După o prelegere pe care am ţinut-o într-o biserică din Alaska, un locuitor al oraşului, adversarul nostru declarat, care îşi făcea apariţia frecvent în biserică, a venit în faţă şi a început să-mi arunce tot felul de acuzaţii. Am rămas calm – în vreme ce soţia mea a vrut să apuce umbrela de lângă ea şi să îl dea afară pe individ. Îşi aminteşte că se înfuriase atât de tare încât a fost nevoie de doi oameni ca să o ţină. A vrut să sară în apărarea mea. Norman Wright observa, cu înţelepciune, că „în căsnicie, avem de a face cu cele două lame ale unui foarfece, astfel îmbinate încât nu pot fi despărţite; de multe ori se mişcă în sensuri opuse, însă întotdeauna îl sancţionează pe cel care intră între ele”.107

A Lua apărarea

Eu, la rândul meu, o protejez pe Dottie, într-un mod diferit, dar foarte concret. O protejez în faţa copiilor, atunci când nu-i acordă respectul cuvenit. Nu de mult, Dottie spunea: „Întotdeauna mă susţine în faţa copiilor şi le spune ce mamă de treabă au. Am nevoie să aud şi să simt că mă sprijină în proiectele pe care le am cu copiii şi în educaţia pe care încerc să le-o ofer. Unul dintre lucrurile pe care Josh le face, arătându-mi astfel că este de partea mea şi că mă iubeşte mult, este faptul că întotdeauna îmi vine în ajutor de îndată ce unul dintre copii este în vreun fel lipsit de respect.

Pe când eram încă proaspăt căsătorită, am citit o carte despre căsnicie referitoare la atitudinea protectoare a tatălui în faţa copiilor. M-am scărpinat în cap şi m-am întrebat: ce vrea să spună? Nu avea nicio noimă pentru mine. Însă, câţiva ani mai târziu, atunci când unul dintre copii mi-a întors vorba, Josh a reacţionat imediat, spunând:

Poate că-ţi permiţi să vorbeşti aşa cu mama ta, dar să nu te aud niciodată vorbind în felul ăsta cu soţia mea!” Copiii au înţeles şi au încetat să se mai comporte astfel.

În momentul acela, Josh a hotărât să mă apere împotriva imaturităţii şi acuzaţiilor copilului, unul dintre lucrurile minunate pe care un tată îl poate face pentru o mamă – să o protejeze în faţa unui copil care este neascultător la un moment dat. Este un câştig pentru mamă, fiindcă ştie că soţul ei o susţine; este un câştig pentru copil, fiindcă realizează faptul că cei doi părinţi vor acţiona la unison”.

Autorul Harold J. ne dă un sfat bun în articolul său *20 Commandments for a Better Marriage:* „Să nu îngădui nimănui să scape basma curată atunci când o critică pe soţia ta de faţă cu tine”.108 A-l apăra pe partenerul tău nu înseamnă să fii orb în faţa lipsurilor şi defectelor celui pe care-l iubeşti, ci să îl aperi şi să îl protejezi de agresiunile verbale şi fizice.

Când ştii că omul pe care îl iubeşti te va proteja şi îţi va veni în ajutor, vei căpăta mai multă încredere, vei fi mai dispus să-ţi dezvălui părţile vulnerabile, vei avea parte de mai multă intimitate şi atenţie.

Subiecte de meditaţie

Ce înseamnă să ai o atitudine protectoare faţă de persoana iubită?

În ce fel poţi să îl protejezi pe cel pe care îl iubeşti?

Care sunt câteva dintre consecinţele benefice ale unei atitudini protectoare?

Umă-ţi ponsabilitatea

Îţi aminteşti ca soţul tău să îşi fi ocupat mai tot timpul cu baschetul şi baseballul, împreună cu prietenii lui? Ce părere ţi-ai făcut despre comportamentul său? Sunt sigur că faptul te-a revoltat, ca şi pe mine, de altfel, fiindcă dragostea matură îşi asumă responsabilitatea!

Iubirea adevărată se traduce întotdeauna prin grija faţă de celălalt, scoţând la iveală disponibilitatea de asumare a răspunderilor privitoare la familie, finanţe, sănătate, copii. Dacă nu ai încredere în faptul că tovarăşul tău de viaţă îşi va asuma responsabilitatea în relaţie, nu vei fi niciodată capabil să i te dăruieşti în totalitate.

Pe de altă parte, atunci când ştii că partenerul tău îşi asumă realmente responsabilitatea faţă de dragostea ta, devii cu adevărat liber să-l iubeşti şi să i te abandonezi. Această încredere nestrămutată în celălalt, la adăpostul unei relaţii de dragoste, conjugală şi sexuală

trăită la maximum, ne-a fost dată de Dumnezeu spre a ne bucura de ea. Este chemarea noastră spirituală. Însă este imposibil de atins dacă unul dintre parteneri, sau amândoi, se vădeşte iresponsabil.

Soţii Lee scriau, în *The Total Couple:*

Într-o epocă a mentalităţii de tip „urmăreşte-ţi propriul interes", responsabilitatea a ajuns să fie un cuvânt urât. Ni se spune de fiecare dată că nu trebuie să ne simţim vinovaţi atunci când renunţăm la responsabilităţi în favoarea propriului nostru bine. Câtă lipsă de sensibilitate. Adevărul e că în condiţiile în care cineva renunţă la anumite responsabilităţi, câtă vreme omul de alături nu-i este indiferent, va resimţi în mod necesar o oarecare vinovăţie pentru starea de lucruri în care se ajunge… vinovăţia nu trebuie să ne împiedice de la a ne trăi propria viaţă; ar trebui să ne oprească doar de la a-i face pe ceilalţi să sufere inutil.109

Sex şi responsabilitate

Dacă partenerul tău nu se arată în mod constant responsabil, vei păstra rezerve întotdeauna în relaţia cu el şi nu-i vei acorda niciodată încredere deplină. Atât de mulţi oameni vor în ziua de astăzi sex, fără să-şi asume responsabilitatea, şi intimitate, fără să se implice; nu e de mirare că viaţa lor sexuală le lasă un sentiment de pustiire şi de gol sufletesc. Sexul este făcut pentru a se manifesta într-un mediu în care există implicare şi responsabilitate.

Dr. Betty Hamburg, cercetător psihiatru la Institutul Naţional de Sănătate Mintală, spune despre tineret: „Am accelerat vremea fără a le fi prea mult de folos adolescenţilor. Îi învăţăm despre trompa uterină, însă mai nimic despre semnificaţia relaţiilor şi a responsabilităţii faţă de ceilalţi".110

Dr. Walter Trobisch, în */ Loved a Girl,* arată că: „Adevărata dragoste implică responsabilitatea – a unuia faţă de celălalt şi a amândurora în faţa lui Dumnezeu. Acolo unde este dragoste, nu se mai spune eu, ci
tu'; Eu sunt responsabil faţă de tine. Tu eşti responsabil faţă de mine.
Apoi, împreună staţi în faţa lui Dumnezeu şi nu spuneţi tu şi eu, ci noi

Fără responsabilitate, unirea prin căsătorie nu înseamnă decât că două persoane egoiste intră într-o relaţie egoistă. Dragostea matură presupune răspundere şi încredere. „Treburi începute şi neterminate, promisiuni neţinute şi bune intenţii nepuse în practică sunt exemple de nevrednicie", scrie Strauss.

O persoană imatură nu ştie să se achite cu entuziasm de îndatoririle care îi revin. Cârteşte şi se plânge, fără să găsească satisfacţie sau bucurie în lucrul bine făcut. Femeile casnice cârtesc împotriva unei vieţi monotone şi banale. Cele care au un serviciu visează să fie gospodine cu normă întreagă.
Bărbaţii trec de la o slujbă la alta, luând decizii hazardate, la repezeală, fără a ţine seama de soţiile lor. Unii bărbaţi uită să facă gestul minim de politeţe de a-şi suna soţia atunci când nu pot ajunge acasă în timp util. Rodul Duhului este credinţa, un cuvânt care semnifică „fidelitate" sau „vrednicie". Trebuie să ne lăsăm în voia Duhului şi să creştem în credinţă! 112

Subiecte de meditaţie

— Ce se întâmplă într-o relaţie în care nu există simţul răspunderii?

— Ce se întâmplă atunci când partenerii sunt responsabili atât faţă ei înşişi, cât şi faţă de relaţie?

În virtutea angajamentului angajament v-aţi luat atunci când aţi rostit jurămintele unul faţă e altul? Aţi adăugat şi „până ce moartea ne va despărţi"? Dacă da, faceţi parte dintr-o minoritate. Angajamentul a ajuns să fie un cuvânt golit de sens în zilele noastre.

Societatea noastră, în care „totul se aruncă" pare hotărâtă să dea la o parte principiul angajamentului din cadrul relaţiilor. Dr. Robert Taylor, autorul cărţii *Couples – The Art of Staying Together,* a spus: „Trăim în momentul de faţă într-o epocă a lucrurilor dispensabile: le foloseşti o dată, apoi le arunci. De-a lungul ultimului deceniu, s-a înrădăcinat sentimentul că relaţiile sunt în egală măsură de unică folosinţă"."3 însă una dintre însuşirile dragostei mature este angajamentul.

Am ajuns să cred că majoritatea cuplurilor sunt ratate chiar înainte de a se căsători. Pornesc în căsnicie cu atitudinea: „Dacă nu reuşeşte, sau dacă avem probleme, vom renunţa pur şi simplu". Această viziune superficială asupra angajamentului este ilustrată cel mai bine de expresiile: „ochii care nu se văd se uită" şi „dacă nu eşti lângă cel pe care-l iubeşti, iubeşte-l pe cel lângă care eşti". Nu este loc pentru o astfel de atitudine egoistă într-o relaţie de dragoste, sexuală şi conjugală cu adevărat creştină. Dragostea matură spune: „Dacă nu sunt lângă cel pe care-l iubesc, voi aştepta".

Răspunzând la întrebarea: „Credeţi că aşa-numita societate de

tipul
eu’ duce la creşterea numărului de căsnicii destrămate?”, dr Robert Taylor a spus:

Da. Cred că filosofia de tipul „eu” contribuie la rata ridicată a divorţurilor din prezent. Problema derivă din principiile după care au fost crescuţi copiii începând cu mijlocul anilor ’40 şi până la mijlocul anilor ’60. Aceasta a fost considerată a fi o perioadă a permisivităţii, când dorinţele s-au transformat în nevoi, iar părinţii nu au reuşit să-i înveţe pe copiii lor cum să facă faţă frustrărilor. Nu au reuşit să le ofere un sens al angajamentului în privinţa relaţiilor lor şi a celorlalţi. Mulţi dintre aceştia sunt acum tineri adulţi aflaţi în primii ani de căsnicie, şi aceasta este perioada când se vădesc în cea mai mare măsură că sunt predispuşi divorţurilor.114

Reversul medaliei

Nu e de mirare faptul că sacrificiul este, de asemenea, într-o perioadă de declin, asemenea angajamentului. Însă fără sacrificiu, angajamentul nu înseamnă nimic. Sacrificiul este cel care pledează în favoarea angajamentului. Ştim că partenerul nostru ne este devotat atunci când el sau ea este dispus (a) să se sacrifice pentru noi, nu numai prin ceea ce spune, ci şi prin ceea ce face. Dacă nu ai certitudinea că tovarăşul tău de viaţă este fidel relaţiei şi dornic să se sacrifice pentru ea, nu te poţi încredinţa celeilalte persoane, urmând voia lui Dumnezeu. Vei fi mereu rezervat. În consecinţă, vei fi lipsit de intimitate şi comuniune în relaţia care ţi-a fost dată spre a te bucura de ea.

Atitudinea predominantă de tipul: „Voi depune eforturi în relaţie atâta timp cât voi câştiga ceva din ea” este total distructivă. În loc să părăsească vaporul când lucrurile merg prost, cel care se bucură de o iubire matură este dispus să rămână şi să rezolve problema. Studiile arată că angajamentul este un element esenţial în cazul cuplurilor care izbutesc să treacă peste probleme şi peste nemulţumiri cu succes.

Cercetările indică faptul că, atunci când membrii unui cuplu îşi arată devotamentul unul faţă de celălalt, atracţia reciprocă devine mai semnificativă – percepţia partenerului se schimbă, iar cuplul trăieşte o iubire mai profundă.

Un astfel de studiu relevă faptul că un devotament mai mare şi dorinţa de sacrificiu, la care se adaugă efortul depus în cadrul relaţiei,

este cheia unei căsnicii de durată şi fericite. Dr. Charles Swindoll, prezentatorul cunoscutei emisiuni de radio „Sfaturi de viaţă”, şi soţia sa, Cynthia, îşi declară angajamentul unul faţă de celălalt de câteva ori pe an. El spune: „Ne retragem singuri, de multe ori pentru o noapte, într-un loc confortabil şi intim. Acolo, ne privim în ochi şi ne promitem, verbal, că vom rămâne credincioşi unul faţă de celălalt. Ne declarăm, de fapt, cu voce tare, angajamentul. Nu putem explica mecanismul sau raţiunea pentru care acest lucru dă roade, dar faptul că îl exprimăm în cuvinte este de natură să ne ofere siguranţă. Atunci când urechile noastre aud ceea ce gurile noastre spun (din toată inima), devotamentul nostru este reafirmat”.”5

Recent am simţit nevoia să-mi exprim în cuvinte angajamentul faţă de soţia mea. I-am spus că dacă ar fi să o iau de la capăt, aş alege-o tot pe ea fără să stau nicio clipă pe gânduri. Când tovarăşul tău de viaţă ştie că ai un asemenea devotament faţă de relaţie şi faţă de el sau de ea, va exista un puternic sentiment de siguranţă şi de apropiere.

De ce este atât de important să fii hotărât a depăşi problemele, şi nu să renunţi la relaţie? Chuck Swindoll enumera următoarele motive:

1. Este sfatul care apare mereu în Scriptură.
2. Evoluţia spirituală întru Hristos se consolidează.
3. Mărturisirea lui Hristos în faţa lumii este mai puternică.
4. Confruntarea cu greutăţile impune schimbări. Dând bir cu fugiţii, vom duce cu noi aceleaşi neajunsuri în următoarea noastră relaţie.
5. În familie, copiii au siguranţă, stabilitate şi echilibru.

De asemenea, ei învaţă să fugă, dacă părinţii fug... sau să înfrunte greutăţile, dacă mama şi tata le oferă acest model.116

Fără nicio îndoială: dragostea matură se caracterizează printr-un angajament gata oricând de sacrificiu.

Subiecte de meditaţie

— Cum îţi poţi manifesta angajamentul faţă de cel pe care îl iubeşti?

— Cum influenţează o relaţie faptul că angajamentul este exprimat?

— De ce este important să fii hotărât să înfrunţi problemele?

... – ... – ... –...)... – ... – ... –: v

Dezvoltare dinamică

La fel ca şi exerciţiile de aerobic, dragostea nu este statică. Dragostea împărtăşită într-o relaţie conjugală şi sexuală trăită la maximum fie se dezvoltă, fie se atrofiază. Iar o dragoste matură va avea parte de o dezvoltare dinamică permanentă.

Eram la începutul căsniciei noastre, când am ţinut o conferinţă pe teme economice în faţa a trei sute de membri ai facultăţii şi administraţiei de la Universitatea din Tennessee. Ca de obicei, timp de câteva minute, la început, am vorbit despre soţia mea. În cele din urmă, prisosul sufletului tău este şi prisosul de pe buzele tale.

Oricum, lucrurile spuse de mine mi s-au părut foarte la locul lor. Deodată, un tânăr profesor, care nu împlinise treizeci de ani, m-a întrerupt şi m-a întrebat, pe un ton sarcastic: „De cât timp eşti căsătorit?”

„De şase luni”, am răspuns. După care, mi-a spus un lucru trist, pe care l-am auzit de multe ori: „Să vedem ce vei zice după cinci ani de căsătorie!”

Aşteaptă numai

Vorbeam încă înainte de a mă logodi despre secretul artei de a iubi, iar oamenii îmi spuneau: „Să vedem ce vei zice când te vei logodi!” Apoi, vorbele lor s-au schimbat – îmi spuneau să aştept până mă căsătoresc.

După ce m-am căsătorit, spuneau că după cinci ani de căsnicie îmi voi schimba părerea, şi apoi după zece, apoi după douăzeci.

Eram sigur că aceşti oameni greşesc. Filosofia mea, însă, a fost întotdeauna aceea că un bărbat cu experienţă are un ascendent asupra unuia care dispune doar de argumente teoretice. Aşadar, stând în faţa acestui auditoriu la Universitatea din Tennessee, se părea că profesorul avea ascendentul experienţei. A fost unul dintre puţinele momente din viaţa mea când am rămas fără cuvinte.

În momentul acela, un bărbat din spate s-a ridicat şi a venit în faţă.

Avea cam şaptezeci şi cinci de ani. Nu îl cunoşteam şi, după cum îmi dădeam seama, avea să mă pună serios la punct. Dar am aflat mai târziu că era Roger Rusk, un creştin energic, profesor foarte respectat în universitate şi frate al fostului secretar de stat Dean Rusk.

A venit până în rândul din faţă şi m-a privit fix în ochi. Apoi s-a

întors către profesorul care glăsuise înainte, s-a aplecat înspre el şi a spus: „Domnule, dragostea devine şi mai bună după cincizeci şi cinci de ani!” Am fost extraordinar de uşurat. Acest incident mi-a arătat una dintre principalele calităţi ale dragostei mature – nu stagnează. Dacă dragostea ta este matură, se va dezvolta. Dacă nu, se va dezintegra.

Patru stadii de dezvoltare

Un număr de studii ştiinţifice arată că o căsnicie reuşită presupune o relaţie care se dezvoltă, care se schimbă. Aceste studii indică faptul că relaţia unui cuplu trece prin patru stadii de dezvoltare.

În primul stadiu, „partenerii sunt în mod tipic egocentrici, urmărind doar să obţină de la relaţie beneficii proprii. La următorul nivel, ei negociază *quid pro quos* – serviciu contra serviciu, concesie contra concesie. În al treilea stadiu, încep să se aprecieze reciproc ca individualităţi şi caută să se adapteze în diferite situaţii, spre binele căsătoriei şi al fiecăruia dintre ei. În al patrulea stadiu, au dezvoltat un set de reguli ale relaţiei
prin care pot evita sau depăşi problemele. Din păcate, multe căsnicii se împotmolesc în stadiul al doilea, notează Dr. Ronald Levant, profesor la Universitatea din Boston şi consilier în probleme de familie. Soţul şi soţia nu trec niciodată de formula: „Te spăl pe spate dacă mă speli şi tu”.”7

Dacă ai o dragoste care este în mod fundamental necondiţionată – o dragoste care îl acceptă pe celălalt aşa cum este el, dar îl încurajează să devină mai bun – te vei dezvolta. Adaugă la aceasta un angajament faţă de relaţie şi factorul încredere, care conduce la o comunicare plină de semnificaţii şi intimă şi vei obţine o dezvoltare *dinamică.* Iar această dezvoltare duce la sentimente mai profunde şi la o atenţie mai mare faţă de celălalt, de fiecare parte.

Dacă ai un prieten foarte bun – cineva pe care îl cunoşti foarte bine şi îndeaproape – probabil că este o persoană de care ţi-a plăcut de prima oară când l-ai întâlnit. Ai avut un sentiment de genul: „Fantastic, aici se leagă ceva! Efectiv ne înţelegem bine şi ne simţim cu adevărat bine împreună”. Apoi, peste ani, v-aţi făurit o istorie împreună, „a trecut multă apă pe Dunăre”, şi iubirea ta pentru acea persoană este şi mai mare, fiindcă o cunoşti mai bine. Cu cât trece timpul, cu atât creşte şi afecţiunea ta pentru ea. Aceeaşi dinamică este valabilă şi în raport cu Domnul. În momentul în care devii creştin, eşti atât de îndrăgostit de El încât eşti copleşit. Odată cu trecerea timpului, sentimentele tale

devin însă şi mai profunde.

Aruncă o privire atentă asupra relaţiei tale. Se observă vreo evoluţie?
În special dacă eşti logodit, poţi percepe o intensificare a sentimentelor tale? A ataşamentului? A încrederii? Capacitatea de a-ţi comunica sentimentele sub cele mai intime aspecte? Dacă dragostea ta este una matură, acest fapt va fi evident prin extraordinara evoluţie pe care o vei regăsi în relaţia ta.

Subiecte de meditaţie

— În ce stadiu de dezvoltare se află relaţia pe care o ai?

— Ce poţi face pentru a te dezvolta mai mult?

Dragoste creativă ce gândeşti: *Acest test al iubirii mature nu este corect. Eu nu o persoană creativă.* Ei bine, stai liniştit. Nu creativitatea de tip rostic, la care te gândeşti tu, este necesară aici. Dragostea matură este creativă mai degrabă referitor la felul în care se manifestă respectul şi consideraţia faţă de celălalt. Este receptivă la nevoile celeilalte persoane şi, în consecinţă, va găsi moduri creative de a se exprima. Dragostea matură caută oportunităţi şi modalităţi unice de a spune „te iubesc".
obiectului afecţiunii sale.

Un mod creativ prin care îi arăt lui Dottie că o iubesc ţine mai mult de latura practică. O ajut cu copiii. Ca mamă a patru copii, trebuie să vegheze douăzeci şi patru de ore pe zi. Pe vremea când erau mici, o ajutam să le schimbe scutecele. Acum, se întâmplă de multe ori să îi iau cu mine la un mic dejun, pentru a-i îngădui să se ocupe puţin şi de ea însăşi. Când sunt acasă, încerc din răsputeri să găsesc modalităţi creative prin care să îi uşurez sarcinile din gospodărie, pentru a-i arăta că o iubesc.

Dottie este, la rândul ei, foarte inventivă. Îmi amintesc mai cu seamă de perioada când a plecat să-şi viziteze părinţii, iar eu am rămas acasă, într-o seară am deschis frigiderul şi am găsit un bilet pe care scria:
„Te iubesc, dragul meu". Când m-am dus la dulap şi am început să îmi fac bagajul, era câte un bileţel agăţat de fiecare bluză sport pe care o aveam. Am găsit un bilet în pantof, unul agăţat de prosop şi un mesaj scris cu rujul pe oglindă. A fost emoţionant.

Când călătorim împreună, încerc să-i las un timp numai al ei.

Dottie are o prietenă bună care locuieşte în Tâmpa, Florida, iar când, nu de mult, a trebuit să luăm avionul spre New Orleans, prietena ei a putut să ia şi ea avionul pentru a se întâlni cu noi. Ea şi Dottie au petrecut 24
de ore împreună, timp în care eu am stat cu copiii. A fost modul meu creativ de a-i spune: „Te iubesc".

O călătorie. Pe aceste certificate promite că mă va duce la un film, sau că mă va scoate la o cină în oraş, sau pur şi simplu că mă va îmbrăţişa.
Le pot valorifica la întoarcerea lui. Le găsesc prinse de suportul de prosoape, sau poate pe uşa glisantă de la baie, sau pe pernă. Bonul care necesită cel mai mare sacrificiu este cel în care promite să mă ducă la balet, fiindcă nu se prea dă în vânt după el".

Ei, dacă ţi-aş da o listă cu lucrurile pe care le facem Dottie şi cu mine pentru a ne arăta în mod creativ dragostea, probabil că ţi-aş răpi bucuria de a le găsi tu însuţi. Tot ceea ce trebuie să faci este să ai în vedere o nevoie a celuilalt. Poate fi un lucru practic, ca de exemplu să o scuteşti pe ea de grija copiilor pentru o vreme, sau ceva distractiv, cum ar fi să îi cumperi lui ceva din banii pe care intenţionai să îi cheltui pentru tine. Dacă dragostea ta este matură şi capabilă de dezvoltare, nu vei rămâne niciodată în criză de idei. Lucrurile cele mai creative nu costă, de obicei, nimic.

Subiecte de meditaţie

— Care sunt modalităţile creative prin care îi poţi arăta celuilalt că îl iubeşti? Pune-ţi în practică ideile.

— De ce crezi că este important să îţi manifeşti în permanenţă şi în mod creativ dragostea faţă de cealaltă persoană?

— Ce manifestări creative ale dragostei se regăsesc în relaţia ta?

— Ce poţi face săptămâna aceasta pentru a-ţi exprima dragostea în mod creativ?

Oferă bonuri de dragoste

Unul dintre preferatele lui Dottie este „bonul de dragoste". Ea explică:
„Deseori, Josh lasă bonuri de dragoste prin casă, când pleacă în câte

...

Concluzie

Nu eşti prima persoană care caută „secretul artei de a iubi". Tema căutării partenerului potrivit pentru căsătorie i-a determinat pe

numeroşi cercetători să scrie sute de articole şi cărţi. Am citat pe larg din mai multe şi am menţionat sursele în notele de la sfârşit, astfel încât să poţi găsi anumite informaţii care îţi pot fi foarte utile.

Ceea ce urmăresc eu în realitate, însă, este să ajung să văd că te bucuri în final de o căsnicie solidă care să fie pe placul vostru, dar şi al lui Dumnezeu. Eu ştiu ce înseamnă să ai parte de o căsnicie care îţi aduce fericire şi împlinire. Aş dori ca toţi să ştie. Cred sincer că fiecare căsătorie poate fi o binecuvântare şi o reuşită.

Evident, nu te vei trezi într-o dimineaţă descoperind brusc că viaţa ta conjugală îţi oferă sentimentul împlinirii. Pentru o relaţie de căsnicie trăită la maximum este nevoie de mult efort, atât înainte, cât şi după schimbul de verighete. Ştiu asta din proprie experienţă.

Ba mai mult, vor fi momente în care vei avea impresia că numai tu eşti cel care face eforturi. Îţi vei da seama că dăruieşti, dar nu primeşti;

Ierţi, dar nu eşti iertat; îl iubeşti necondiţionat pe celălalt, cu toate ale sale, dar tu nu eşti acceptat pe de-a-ntregul. De ce să te mai necăjeşti? te poţi întreba. Ei bine, trebuie să te necăjeşti pentru un simplu motiv – *merită.*

Este uşor de uitat, dar încearcă să ţii minte: căsnicia este un proces de cunoaştere care se întinde pe parcursul unei vieţi întregi. Dacă partenerul tău se împacă cu ideea de a renunţa la relaţie într-un anume moment sau de a o lăsa să plutească în derivă, el sau ea este cel/cea care pierde în realitate, nu tu.

Atât tu, cât şi tovarăşul tău de viaţă aţi fost creaţi după chipul şi asemănarea lui Dumnezeu – Dumnezeu, Cel care a iubit atât de mult lumea. A sădit în fiecare dintre noi – a zidit nemijlocit în vieţile noastre – o dorinţă de a iubi şi de a răspunde cu dragoste. Iar când cineva ne dăruieşte, devenim conştienţi că ne întinde o mână, fapt care ne face să dăruim la rândul nostru. Când cineva ne acceptă, chiar şi cu defectele noastre, ne dăm seama că suntem iubiţi pentru ceea ce suntem şi se naşte în noi dorinţa de a-i iubi pe ceilalţi exact aşa cum sunt ei.

Dacă te dăruieşti 100% într-o relaţie şi obţii prea puţin în schimb, te rog nu renunţa. Eu cred că celălalt *va* răspunde. Dumnezeu ne-a creat să fim aşa.

Irezistibila dragoste

Poate că acesta este motivul pentru care atât de mulţi oameni nu îl acceptă pe Hristos. Pur şi simplu nu le vine să creadă că un om pe

care nici măcar nu îl cunosc îi poate iubi atât de mult încât să îşi dea viaţa pentru ei astfel încât să poată veni în faţa lui Dumnezeu cu toate păcatele iertate. Întrucât cei mai mulţi dintre noi nu au privit dragostea niciodată la un asemenea nivel, acest lucru pare să depăşească puterea noastră de înţelegere şi este uşor să respingem ceea ce nu înţelegem.

O persoană poate să respingă Biblia şi să nu mai revină niciodată asupra acestei hotărâri. Însă este mult mai greu, chiar imposibil, să ignori dragostea tangibilă a unui om, mai ales a unuia care trăieşte sub acelaşi acoperiş cu tine. Femeia care nu poate înţelege iertarea lui

Hristos, poate *vedea* iertarea concretizată în actele soţului ei. Această interacţiune autentică în timp şi spaţiu, este cea care oferă soluţia. Aşa cum spuneam mai devreme, atunci când oferi 100%, primeşti înapoi 150%.

Fără excepţii

Fiecare calitate trebuie să se identifice cu „persoana potrivită" şi fiecare aspect al iubirii mature trebuie să se regăsească în toate aceste calităţi. Indiferent dacă eşti căsătorit de treizeci de ani, sau încă eşti în aşteptarea primei întâlniri, trebuie să îţi însuşeşti calităţile şi principiile necesare construirii unei căsnicii trainice şi plăcute lui Dumnezeu.

S-are putea să ai impresia că unele dintre temele tratate de mine sunt de prisos. De ce e aşa de important să ai neapărat o conştiinţă curată? Cine zice că trebuie să fiu creativ în felul în care îmi iubesc partenerul de cuplu? Dacă socoteşti că vreuna din însuşirile personale sau vreunul din aspectele dragostei mature puse de mine în discuţie nu trebuie să existe neapărat într-o relaţie, trebuie să vezi pe ce se bazează raţionamentul tău. Poate că ai descoperit însuşiri nedorite la tine însuţi sau la relaţia ta şi, pur şi simplu, nu vrei să te confrunţi cu ele.

În căsnicie, problemele nu dispar de la sine. Trebuie să găseşti soluţii pentru acele aspecte care stau la originea neînţelerilor, confruntându-te cu ele în mod deschis, onest şi întotdeauna cu dragoste. Iar dacă soluţia cea mai bună şi mai directă pentru problema ivită este să renunţi la orgoliul tău şi să ceri iertare, fă acest lucru! Am pierdut socoteala căsătoriilor lipsite de viaţă pe care le-am văzut reînviind datorită faptului că unul dintre parteneri s-a hotărât să facă

primul pas spre împăcare.
Dacă viaţa ta conjugală nu este plină de viaţă şi de pasiune sau are nevoie de reconciliere, fă ceva în acest sens. Beneficiile de care te vei bucura în cadrul unei iubiri renăscute şi a unei căsnicii pasionante sunt dincolo de orice închipuire.

Adevăratul secret

Fraza cheie este aceasta: *Caută să devii mai bun şi urmăreşte binele suprem al celorlalţi.* Acesta este secretul, dacă vrei să fii persoana potrivită, şi, în ultimă instanţă, acesta este secretul artei de a iubi.
Majoritatea văd lucrurile altfel. Iar dacă v-aţi întrebat vreodată de ce una din două căsnicii sfârşeşte prin divorţ, acesta este răspunsul.

Caută să devii mai bun. Psalmul 119: 11 spune: „Strâng Cuvântul Tău în inima mea, ca să nu păcătuiesc împotriva Ta”. Psalmistul a căutat înţelepciunea în Cuvântul lui Dumnezeu. Atunci când l-a găsit.
I-a încredinţat memoriei, *nu* pentru a-i face pe ceilalţi mai buni, ci pentru ca faptele sale să fie drepte în faţa lui Dumnezeu.

Urmăreşte binele suprem al celorlalţi. În Matei 25, Iisus îl defineşte pe omul cel drept. Cei drepţi, cei care îl urmează sunt aceia care dăruiesc din ceea ce au, fie că sunt lucruri materiale sau de altă natură, care ajung să înţeleagă nevoile celorlalţi şi să le satisfacă, care acceptă şi iartă din toată inima. Te comporţi şi tu în acest fel cu tovarăşul tău de viaţă?

Uneori îi vei atrage atenţia partenerului tău asupra unor aspecte pe care s-ar cuveni să le revizuiască. Dacă scopul tău este doar acela de a modela persoana respectivă astfel încât să fie pe placul tău, această dovadă de egoism va sărăci mai degrabă decât va îmbogăţi relaţia. Însă, dacă urmăreşti sincer binele suprem al partenerului tău, te afli pe drumul cel bun.

Dacă nu eşti căsătorit, s-ar putea să ţi se pară că ai în faţă o sarcină teribilă. În două cuvinte: ai dreptate. Nu poţi avea o atitudine facilă faţă de căsătorie. Dumnezeu a creat-o pentru a fi un reflex al naturii Sale – o dragoste totală, dezinteresată şi generoasă, cu totul necondiţionată.
Aşa cum Tatăl, Fiul şi Duhul Sfânt sunt Unul, soţul şi soţia trebuie să fie individualităţi unice funcţionând ca o unitate. „De aceea va lăsa omul pe tatăl său şi pe mama sa şi se va lipi de soţia sa; şi ei vor deveni un singur trup” (Geneza 2: 24).

Caută răspunsul în rugăciune

O relaţie de dragoste, conjugală şi sexuală trăită din plin este o bucurie şi o sărbătoare. Este un dar de la Dumnezeu şi un angajament pe care doi oameni şi-l iau faţă de Dumnezeu şi unul faţă de celălalt.

Roagă-te pentru înţelepciunea de a fi un soţ pe placul lui Dumnezeu şi un îndrumător spiritual, unul care să aducă în sufletul soţiei setea de Dumnezeu. Roagă-te pentru înţelepciunea de a fi o soţie pe placul lui Dumnezeu şi un sprijin care să-l facă pe soţul ei să se arate însetat de dreptate în propria lui viaţă. Roagă-te ca Dumnezeu să facă din tine persoana potrivită pentru celălalt.

Atunci când îl cauţi pe Dumnezeu, când te străduieşti să devii mai bun şi urmăreşti binele suprem al celuilalt, vei cunoaşte împlinirea în căsnicie. Va ieşi astfel la iveală, mai mult decât oricând, ceea ce este mai bun în fiecare dintre voi.

Note bibliografice

PARTEA 1

CAPITOLUL 1

1. Leo Buscaglia, „Don't Give Your Love with Strings Attached", *USA Today,* 12 octombrie, 1984, 1 IA.

2. Mei-Mei Chan şi Michelle Healy, „Lot of Women Grining and Bearing It", *USA Today,* 15 ianuarie, 1985, 1.

3. Leslie Linthicum, „The Hug or the Whole Thing?", *The Houston Post.* 16 ianuarie, 1985.

4. Chan şi Healy, „Grining and Bearing It", 1.

5. Dorothy T. Samuel, *Love, Liberation and Marriage* (New York: Funk and Wagnalls, 1976), prefaţă.

6. Rollo May, *Love and Will* (New York: Dell Pub. Co., 1969), 40.

7. William H. Masters şi Virginia E. Johnson, *The Pleasure Bond* *(*New York: Bantam Books, 1976), 113 – 114.

8. Buscaglia, „Don't Give Your Love", 1 IA.

9. Ibid.

CAPITOLUL 2

10. Evelyn Millis Duvall şi Reuben HUI, *When You Marry* (New York: Association Press, 1948), 1.

11. Ibid., 26.

12. Elof G. Nelson, *Your Life Together* (Richmond: John Knox Press, 1967). 18.

13. Bob Phillips, *A Humorous Look at Love and Marriage* (Eugene, Oreg. Harvest House, 1981), 54 – 57.

CAPITOLUL 3

14. Matt Clark, „The Sex-Therapy Revolution”, *Newsweek,* 17 noiembrie. 1980, 98.

15. „I Am Loved” de William J. şi Gloria Gaither, e 1978 de Wm. J. Gaither. Toate drepturile rezervate. Folosit cu permisiunea autorului.

16. C.S. Lewis, *The Screwtape Letters* (New York: Macmillan, 1961), 64.

CAPITOLUL 4

17. Claire Safran, „Troubles That Puii Couples Apart”, *Redbook,* ianuarie. 1979, 83.

18. Terri Schultz, „Does Marriage Give Today’s Woman What They Really Want?” *Ladies’ Home Journal,* iunie, 1980, 90, 150.

19. Carla Stephens, „50 Questions Before You Say I Do”, *Christian Life,* septembrie 1979, 26.

20. Herbert A. Glieberman, „Why So Many Marriages Fail”, *U.S. News & World Report,* 20 iulie, 1981, 54.

21. Buscaglia, „Don’t Give Your Love”, 1 IA.

22. Marilyn Elias, „Affairs: Women Look for Intimacy”, *USA Today.* 6 noiembrie, 1984, 1D.

23. H. Norman Wright, *Communication: Key to Your Marriage* (Ventura. Calif.: Regal Books, 1979), 52.

24. Dwight Small, *Aşter You've Said I Do* (Old Tappan, N.J.: Fleming H.
Revell, 1968), 51.
25. Cynthia Deutsch, „The Dangers of a Silent Partner", *Parents,* octombrie.
1979, 24.
26. *Hamlet,* actul 1, sc. 3, rând 68.
27. Richard B. Austin, Jr., *How to Make It with Another Person (*New York:
Macmillan, 1976), 93.
28. David Augsburger, *Freedom of Forgiveness* (Chicago: Moody Press, 1973), 87.
29. David Augsburger, *Caring Enough to Hear and Be Heard (*Ventura.
Calif.: Regal Books, 1982), 104.
30. H. Norman Wright, *More Communication Keys to Your Marriage*
(Ventura, Calif.: Regal Books, 1983), 1989.
31. Michelle Sandiass, „The Power of a Happy Positive Self-Image", *Glamour,* ianuarie, 1979, 120.
32. Augsburger, *Caring Enough,* 149 – 150.
33. Joyce Landorf, *Tough and Tender* (Old Tappan, N.J.: Fleming H. Revell.
1975), 76.
CAPITOLUL 5
34. Wright, *More Communication Keys,* 90.
35. Augsburger, *Caring Enough,* 74.
36. Richard Strauss, *Marriage îs for Love* (Wheaton, 111.: Tyndale House
Pubs., 1979), 87.
37. George E. şi Nikki Koehler, *My Family: How Shall I Live with It?*
(Chicago: Rând McNally & Co., 1968), 27.
38. Jody Gaylin, „First-Year Fights", *Glamour,* decembrie, 1979, 26.
39. J. Allan Petersen, *Before You Marry* (Wheaton, 111.: Tyndale House Pubs.
1974), 43.

40. David R. Mace, *Getting Ready for Marriage* (Nashville, Abingdon Press.
1972), 71.

41. Wright, *More Communication Keys,* 127 – 128.

42. Buscaglia, „Don't Give Your Love", 1 IA.

43. Margaret Lane, „Are You Really Listening?", *Reader's Digest,* noiembrie.
1980, 183.

44. Strauss, *Marriage,* 86

45. H. Norman Wright, *The Pillars of Marriage* (Ventura, Calif.: Regal
Books, 1979), 86.

46. Wright, *Communication,* 150.

CAPITOLUL 6

47. Augsburger, *Caring Enough,* 20.

CAPITOLUL 7

48. Tim LaHaye, „How to Live Happily Ever After", *Christian Life,* septembrie
1979, 26.

49. Strauss, *Marriage,* 95 – 96.

50. Hal Lindsay, *The Liberation of Planet Earth* (Grand Rapids: Zondervan.
1974), 170 – 172.

CAPITOLUL 8

51. Strauss, *Marriage,* 17.

52. Gretchen Kurz, „Sexual Liberation: îs It Worth the Hassle?", *Mademoiselle,* august, 1977, 207 – 208.

53. Lonnie Barbach şi Linda Levine, „How to Turn Good Sex into Great Sex".
Mademoiselle, octombrie, 1980, 207.

CAPITOLUL 9

54. Sally Wendkos Olds, „Do You Have What It Takes to Make a Good
Marriage?", *Ladies' Home Journal,* octombrie, 1980, 202.

55. David R. Mace, „What Makes a Good Marriage?", *Family Guide to Good
Living* (Woodbury: Bobley Pub. Corp., 1977), 175.

56. H.G. Zerof, *Pitfalls of Romantic Love* (n.p., n.d.), 166.

57. David Bogard, „Marriage Made in Heaven”, *Decision,* iunie, **198**1, 8.

CAPITOLUL 10

58. Herbert J. Miles, *Sexual Understanding Before Marriage* (Grand Rapids: Zondervan, 1971), 197.

59. Nelson, *Your Life,* 20.

CAPITOLUL 11

60. Olds, „Do You Have What It Takes?”, 76 – 78, 202 – 204.

61. Lorna şi Philip Sarrel, eds., „The Redbook Report on Sexual Relationships: A Major New Survey of More Than 26.000 Women and Men”, *Redbook,* octombrie, 1980, 76 – 77.

62. Natalie Gittelson, „Happily Married Women: How They Got That Way. How They Stay That Way”, *McCall's,* februarie, 1980, 36.

63. George A. Hughston şi Michael J. Sporakowski, „Prescriptions for Happy Marriage: Adjustments and Satisfactions of Couples Married for 50 or More Years”, *The Family Coordinator,* octombrie, 1978, 323.

64. Robert B. Taylor, citat în „Behind the Surge în Broken Marriages”. *U.S. News & World Report,* 22 ianuarie, 1979, 52.

65. David Milofsky, „What Makes a Good Family?”, *Redbook,* august, 1981. 60 – 62.

66. Evelyn Millis Duvall, „Building Your Marriage”, *The Family Guide to Good Living* (Woodburg: Bobley Pub. Corp., 1977), 68.

67. James Robinson, „Survey Hints Religion May Aici Sexual Enjoyment”. *Chicago Tribune* (f.d., f.p.).

68. Miles, *Sexual Understanding,* 76 – 78. (Pentru bazele cercetării Dr. Miles, vezi lucrarea *Sexual Happiness în Marriage,* Appendix 1, 131; Appendix II. 132 – 146.)

69. Josh McDowell, *His Image... My Image* (San Bernardino, Calif.: Here's

Life Pubs., 1984), 126 – 129.
CAPITOLUL 12
70. Don Osgood, *Christian Herald,* decembrie, 1976.
71. *DPD Digest,* IBM Corporation.
CAPITOLUL 13
72. Schultz, „Does Marriage Give?”, 91.
73. Urban G. Steinmetz şi Bernard R. Weise, *Everything You Need to Know to Stay Married and Like It* (Grand Rapids: Zondervan, 1972), 143.
74. Scrisoare personală expediată de Larry Burkett, decembrie, 1984.
75. Ibid.
76. John MacArthur, Jr., din „Mastering Materialism”, note explicative.

PARTEA 2
INTRODUCERE
77. Sylvanus M. Duvall, *Before You Marry* (New York: Association Press.
1959), 36.
CAPITOLUL 15
78. Wright, *Pillars,* 41 – 42.
79. Evelyn M. Duvall, „Mature Enough to Marry”, în *The Marriage Aţfair,* ed. J. Allan Petersen (Wheaton 111.: Tyndale House Pubs., 1971), 17.
80. Ben A. Ard, Jr., şi Constance C. Ard, *Handbook of Marriage Counseling*
(Palo Alto: Science and Behavior Books), 289.
81. Jerry Adler, „The Science of Love”, *Newsweek,* 25 februarie, 1980, 89.
82. Kenneth Woodward, „What the Pope îs Really Saying about Sex and
Marriage”, *McCall’s,* aprilie, 1981, 192.
83. Howard Hendricks, „Yardsticks for Love”, note explicative, 25.
84. George F. Gilder, *Sexual Suicide* (New York: Quadrangle, 1973), 72.
CAPITOLUL 16

85. Duvall şi Hill, *When You Marry,* 35.
86. Strauss, *Marriage,* 35.
87. Nelson, *Your Life,* 68 – 69.
88. C.S. Lewis, *The Four Loves* (New York: Fontana, 1963), 104F.
CAPITOLUL 17
89. Larry Christenson, *The Christian Family* (Minneapolis: Bethany House.
1970), 27 – 28.
90. Stanley L. Englebardt, „What îs This Thing Called Love?", *Reader's*
Digest, iunie, 1980, 109.
91. John Powell, *Why Am I Afraid to Love?* (Allen, Tex.: Argus Communications, 1972), 25, 27.
92. Albert Lee şi Carol Allman Lee, *The Total Couple* (Dayton: Lorenz Press.
1977), 75 – 76.
93. Madora Holt, „The Secrets Behind Successful Marriages", *Christian*
Science Monitor, 5 octombrie, 1978, 17.
CAPITOLUL 18
94. Gary Inrig, *Quality Friendship* (Chicago: Moody Press, 1981), 156 – 157.
95. Ibid.
96. Kenneth S. Wuest, *The New Testament, An Expanded Translation*
(Grand Rapids: Eerdmans, 1981), 407.
CAPITOLUL 19
97. Walter Trobisch, */ Loved a Girl* (New York: Harper & Row, 1963), 25.
98. Henry Brandt, *When a Teen Falls în Love* (Grand Rapids: Zondervan, n.d.), 27.
CAPITOLUL 20
99. Duvall, *Before You Marry,* 33.
100. Charles R. Swindoll, *Commitment: The Key to Marriage* (Portland.
Oreg.: Multnomah Press, 1981), 15.
101. Frank O. Cox, *Human Intimacy: Marriage, the Family ani Its Meaning*

(St. Paul: West Pub. Co., 1984), 118.
102. Lawrence Crabb, Jr., *The Marriage Builder* (Grand Rapids: Zondervan.
1982), 33 – 34.
103. Herman Weiss şi Judy Davis, *How to Get Married* (New York: Ballantine
Books, 1983), 12.
104. Gittelson, „Happily Married Women", 36.
105. Frank O. Cox, *American Ways of Love* (Sunt Clara, Calif.: West Pub.
Co., 1978), 79.
106. Wright, *Pillars,* 44.
CAPITOLUL 21
107. H. Norman Wright şi Marvin înmon, *A Guidebook to Dating, Waiting and Choosing a Mate* (Irvine, Calif.: Harvest House, 1978), 17.
108. Harold J. Sala, „20 Commandments for a Better Marriage", *Christian*
Life, ianuarie 1979, 53.
CAPITOLUL 22
109. Lee, *Total Couple,* 54.
110. Kathleen Fury, „Sex and the American Teenager", *Ladies Home Journal,* martie, 1980, 159.
111. Trobisch, *I Loved,* 4.
112. Strauss, *Marriage,* 34 – 35.
CAPITOLUL 23
113. Robert B. Taylor, „Behind the Surge în Broken Marriages", *U.S. News &*
World Report, 22 ianuarie, 1979, 53.
114. Ibid.
115. Swindoll, *Commitment,* 18.
116. Ibid.
CAPITOLUL 24
117. David Gelman, „How Marriages Can Last", *Newsweek,* 13 iulie, **1981.**

[redacted]

*Inima unui bărbat e ca o apă adâncă – cine îi poate pricepe adâncimile? J. Eldredge propune u**n să fazi** al inimii şi pledează pentru recuperarea unui suflet masculin care trebuie să iasă din amorţire şi să prindă gust pentru aventură, pasiune şi libertate!*

ISBN 973 – 7758 – 04 – 8 180 pag. 15/21 cm

De câte ori n-am auzit clasica întrebare:

***Dacă Dumnezeu e aşa de bun, de ce mai este atâta suferinţă pe lume?** Dr. Jeremiah, în lupta sa cu cancerul, a privit moartea în faţă, după care a scris această carte. S-a născut o scriitură a speranţei, tonică şi binefăcătoare ca un medicament miraculos.*

ISBN 973 – 7758 – 05 – 6 256 pag. 15/21 cm

V-aţi gândit vreodată că suntem ceea ce mâncăm? Că realitatea se defineşte ca o întâlnire dintre gură şi îmbucătură, dintre dorinţă şi obiect? V-aţi întrebat vreodată cât de important poate fi pentru sănătatea noastră trupească ceea ce mâncăm? Oare ce mânca Hristos pe când trăia pe pământ şi în ce măsură poate fi El un reper gastronomic pentru omul grăbit al Mileniului al treilea?

***De ce mănânc ceea ce mănânc?** şi **Oare Hristos ar mânca** aşa **ceva?** sunt cele două întrebări cheie cu care autorul ne provoacă la schimbări pozitive de meniu şi care ne deschid perspectiva unei alternative viabile menite să ne îmbunătăţească modul de viaţă.*

ISBN 973 – 86167 – 9 – 4 160 pag. 14/21 cm

*Richard Wurmbrandt, evreu convertit şi Perene Visky, preot reformat nimeresc împreună în puşcărie. Se nasc 70 de povestiri care sunt însă mai mult de atât – un adevărat **tratat despre Prietenie,** o scriitură de o dezinvoltură aparte în care tragicul se amestecă cu un umor desăvârşit.*

ISBN 973 – 7758 – 02-l copertă tare, 160 pag.
12/18 cm

Vă invităm să intraţi pe NOUL site al editurii – ***www.aquaforte.com*** acum mai dinamic şi INTERACTIV. Aşteptăm să

votaţi cu foc felurite lucruri supuse la vot, să scrieţi comentarii la cărţile noastre, să ne spuneţi la ce cărţi visaţi pe viitor şi mai ales, să cÂŞTIGAŢI din surprizele puse la bătaie.

Contact: Editura AQUA FORTE, CP. 805 O.P. 12, Cluj-Napoca, tel. 0264.433263, comenziaquaforte.com

cunoscut ca fiind unul dintre cei
mai fervenţi apologeţi creştini moderni, îndeosebi datorită recentei sale cărţi, *Noi mărturii supusei dreptei judecăţi,* Josh McDowell ni se dezvăluie în această lucrare într-o cu totul altă ipostază – aceea de căutător de sensuri ale iubirii.

Descoperim printre rânduri un autor proaspăt, cu un discurs extrem de personal, un autor dispus să-şi pună viaţa intimă pe tapet de dragul aflării unui secret vechi de când lumea, un secret căruia mulţi s-au străduit de-a lungul istoriei să-i dea de capăt – acela al artei de a iubi. Josh McDowell îşi construieşte demersul pe paradigma creştină a relaţiei de iubire dintre Hristos şi Mireasa Lui – Biserica şi încearcă să ofere soluţii practice la întrebări precum:

Ce căutăm de fapt într-o relaţie?

Cum arată comunicarea adevărată?

Care sunt binefacerile iertării?

ISBN 973 – 7758 – 09 – 9

9 789737 758095